

# TECHNICKÁ UNIVERZITA V LIBERCI

Fakulta přírodovědně-humanitní a pedagogická

Katedra: PRIMÁRNÍHO VZDĚLÁVÁNÍ

Studijní obor: UČITELSTVÍ PRO ZÁKLADNÍ ŠKOLY

Studijní program: UČITELSTVÍ PRO 1. STUPEŇ ZÁKLADNÍ ŠKOLY

## **POROVNÁNÍ POŽADAVKŮ VZDĚLÁVACÍCH OBSAHŮ GYMNASTIKY SE SKUTEČNÝMI DOVEDNOSTMI ŽÁKŮ NA 1. STUPNI ZÁKLADNÍCH ŠKOL**

## **THE COMPARISON OF CURRICULAR REQUIREMENTS IN GYMNASTICS AND ACTUAL YOUNG LEARNERS' GYMNASTIC SKILLS**

Diplomová práce: 11-FP-KPV-0044

Autor: Anna Uhrová  
Šmilovského 891/9  
40801 Rumburk

Podpis: \_\_\_\_\_

Vedoucí práce: Mgr. Pavlína Vrchovická

Počet:

stran	grafů	obrázků	tabulek	pramenů	příloh
70	0	13	17	38	4

V Liberci dne:

TECHNICKÁ UNIVERZITA V LIBERCI  
Fakulta přírodovědně-humanitní a pedagogická  
Akademický rok: 2010/2011

## **ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE**

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Anna UHROVÁ**  
Osobní číslo: **P07000515**  
Studijní program: **M7503 Učitelství pro základní školy**  
Studijní obor: **Učitelství pro 1. stupeň základní školy**  
Název tématu: **Porovnání požadavků vzdělávacích obsahů gymnastiky se skutečnými dovednostmi žáků na 1. stupni ZŠ.**  
Zadávající katedra: **Katedra primárního vzdělávání**

### **Z á s a d y   p r o   v y p r a c o v á n í :**

**Cíl:**

Zjištění skutečných dovedností žáků v gymnastice na ZŠ v hodinách tělesné výchovy a jejich následné porovnání s ŠVP.

**Metody:**

Testování žáků na skutečné dovednosti, kdy předvedou vybrané gymnastické cvičební tvary nebo pohybové dovednosti.

**Požadavky:**

Prostudování dostupné literatury a vzdělávacích obsahů škol na 1. stupni.

testování žáků na základní gymnastické dovednosti.

Následné zpracování výsledků a vyhodnocení.

Rozsah grafických prací:

Rozsah pracovní zprávy:

Forma zpracování diplomové práce: **tištěná**

Seznam odborné literatury:

**DVOŘÁKOVÁ, Hana.** Didaktika tělesné výchovy nejmenších dětí. Praha : Univerzita Karlova, 2007. 123 s. ISBN 879-80-7290.

**FIALOVÁ, Ludmila; RYCHTECKÝ, Antonín.** Didaktika školní tělesné výchovy. Praha : Karolinum, 2000. 171 s. ISBN 80-7184-659-7.

**PETR, Otto; SVATONĚ, Vratislav.** Didaktika gymnastiky ve školní tělesné výchově. Praha : SNP, 1985. 150 s.

**SKOPOVÁ, Marie; ZÍTKO, Miroslav.** Základní gymnastika. Praha : Karolinum, 2008. 178 s. ISBN 978-80-246-1478-6.

**VILÍMOVÁ, Vlasta.** Didaktika tělesné výchovy. Brno : Paido, 2002. 103 s. ISBN 80-7315-033-6.

**ZÍTKO, Miroslav.** Všeobecná gymnastika: Speciální učební texty. Praha : ČASVP, 2000. 95 s. ISBN 80-902509-7-1.

Vedoucí diplomové práce:

**Mgr. Pavlína Vrchovecká**  
Katedra tělesné výchovy

Datum zadání diplomové práce:

**7. dubna 2011**

Termín odevzdání diplomové práce:


**20. dubna 2012**



doc. RNDr. Miroslav Brzezina, CSc.

děkan

L.S.

  
doc. PaedDr. Jaroslav Perný, Ph.D.  
vedoucí katedry

V Liberci dne 30. dubna 2011

## Čestné prohlášení

**Název práce:** Porovnání požadavků vzdělávacích obsahů gymnastiky se skutečnými dovednostmi žáků na 1. stupni základních škol

**Jméno a příjmení autora:** Anna Uhrová

**Osobní číslo:** P07000515

Byla jsem seznámena s tím, že na mou diplomovou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon), ve znění pozdějších předpisů, zejména § 60 – školní dílo.

Prohlašuji, že má diplomová práce je ve smyslu autorského zákona výhradně mým autorským dílem.

Beru na vědomí, že Technická univerzita v Liberci (TUL) nezasahuje do mých autorských práv užitím mé diplomové práce pro vnitřní potřebu TUL.

Užiji-li diplomovou práci nebo poskytnu-li licenci k jejímu využití, jsem si vědom povinnosti informovat o této skutečnosti TUL; v tomto případě má TUL právo ode mne požadovat úhradu nákladů, které vynaložila na vytvoření díla, až do jejich skutečné výše.

Diplomovou práci jsem vypracovala samostatně s použitím uvedené literatury a na základě konzultací s vedoucím diplomové práce a konzultantem.

Prohlašuji, že jsem do informačního systému STAG vložil/a elektronickou verzi mé diplomové práce, která je identická s tištěnou verzí předkládanou k obhajobě a uvedl/a jsem všechny systémem požadované informace pravdivě.

V Liberci dne: 14. 12. 2012

---

Anna Uhrová

## **Poděkování**

V první řadě bych chtěla poděkovat vedoucí mé diplomové práce Mgr. Pavlíně Vrchovské za odborné konzultace, trpělivost, laskavý přístup, podnětné rady a připomínky.

Také velmi děkuji ředitelům a pedagogům, učitelům tělesné výchovy, kteří mi umožnili realizovat výzkum v jejich školách.

Dále bych ráda poděkovala rodině a přátelům za podporu, ochotu a pomoc.

## Anotace

Diplomová práce se zabývá porovnáním rozdílů mezi požadavky učiva gymnastiky uvedenými ve školních vzdělávacích programech a skutečnými pohybovými dovednostmi žáků na prvním stupni základních škol v Rumburku v Ústeckém kraji. Pro potřeby práce byla provedena analýza školních vzdělávacích programů škol, ze kterých byly vybrány konkrétní gymnastické cvičební tvary. Provedení těchto gymnastických cvičebních tvarů bylo pozorováno, hodnoceno a srovnáno s požadavky učiva gymnastiky. Úvod práce vymezuje základní pojmy, teoretická východiska práce a koncepční dokumenty. Na něj navazuje metodologická část. V praktické části práce jsou shrnuty a zhodnoceny výsledky výzkumu. Příloha obsahuje požadavky učiva gymnastiky vybraných škol.

**Klíčová slova:** gymnastika, kurikulární dokumenty, Rámcový vzdělávací program, školní vzdělávací program, testování.

## Abstract

This thesis presents a comparison of the differences between the requirements laid down in the curriculum of gymnastics in School Educational Programs and actual mobility skills of pupils in primary schools in Rumburk, Ústecký kraj. For the needs of the thesis an analysis of School Educational Programs was carried out and specific gymnastic exercises were selected from them. Accomplishment of these gymnastic elements was observed, evaluated and compared to the gymnastic curriculum requirements. Introduction of the thesis defines the basic concepts, theoretical bases and conceptual documents. It is followed by the Methodological section. In the Practical section the research results of the thesis are summarized and evaluated. Requirements of the gymnastic curriculum of the selected schools are contained in the Appendix.

**Keywords:** gymnastics, curricular documents, Framework Educational Program, School Educational Program, testing.

# Obsah

Úvod.....	12
1 Cíle.....	14
1.1 Hlavní cíl .....	14
1.2 Dílčí úkoly .....	14
2 Gymnastika .....	15
3 Školní tělesná výchova.....	19
3.1 Kurikulární dokumenty .....	20
3.1.1 Rámcově vzdělávací program .....	20
3.1.2 Školní vzdělávací program.....	21
3.2 Školní vzdělávací programy vybraných škol .....	21
3.2.1 Základní škola U Nemocnice .....	21
3.2.2 Základní škola Tyršova .....	22
3.2.3 Základní škola Vojtěcha Kováře .....	23
3.2.4 Základní škola Pastelka.....	24
4 Mladší školní věk .....	25
4.1 Tělesný vývoj .....	25
4.2 Motorika .....	25
4.3 Psychika.....	26
5 Současný stav problému.....	28
6 Metodika výzkumu.....	31
6.1 Charakteristika souboru .....	31



6.2	Strategie výzkumu .....	31
6.3	Výzkumné metody .....	33
6.3.1	Metody získávání informací.....	33
6.3.2	Metody zpracování výsledků .....	36
7	Výsledky měření .....	37
7.1	První třídy.....	37
7.1.1	Průběh testování.....	37
7.1.2	Shrnutí testování .....	39
7.2	Druhé třídy .....	40
7.2.1	Průběh testování.....	40
7.2.2	Shrnutí testování .....	42
7.3	Třetí třídy.....	43
7.3.1	Průběh testování.....	43
7.3.2	Shrnutí testování .....	49
7.4	Čtvrté třídy .....	50
7.4.1	Průběh testování.....	50
7.4.2	Shrnutí testování .....	56
7.5	Páté třídy.....	56
7.5.1	Průběh testování.....	56
7.5.2	Shrnutí testování .....	62
7.6	Hodnocení průběhu testování.....	63
8	Závěr .....	64
8.1	Celkové zhodnocení práce.....	64

8.2 Doporučení pro praxi.....	65
Prameny a použitá literatura.....	67

## Seznam použitých zkratk

RVP ZV	Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání
ŠVP	Školní vzdělávací program
TV	Tělesná výchova
ZŠ	Základní škola

# Úvod

Na svých odborných praxích jsem se vícekrát setkala s dětmi, které neuměly správně a nebo vůbec provést gymnastický tvar. Zjistila jsem, že děti v dnešní době často nemají kladný vztah ke gymnastice a tělesné výchově obecně. Některé z nich o gymnastiku jako takovou neměly žádný zájem. Dokonce i někteří učitelé nejsou motivováni, aby gymnastická cvičení do svých hodin pravidelně zařazovali, a dávají větší prostor jiným aktivitám. Jako žákyně základní školy jsem si tělesnou výchovu bez gymnastiky nedovedla představit, protože jsem měla paní učitelku, která nám gymnastiku do hodin pravidelně zařazovala a dovedla v nás probudit zájem o tato cvičení i v nepovinném předmětu gymnastika. Proto mě velice nemile překvapila úroveň prováděných gymnastických cvičení žáky na praxích.

Vytkla jsem si proto za cíl zjistit, kolik dětí ve všech ročnících prvního stupně na základních školách v Rumburku je schopno správně technicky provést gymnastické cvičební tvary, které mají školy stanovené ve svém školním vzdělávacím programu.

Hlavním cílem diplomové práce je zjistit, na jaké úrovni jsou skutečné pohybové dovednosti žáků na prvním stupni ZŠ v porovnání s učivem gymnastiky vzdělávacího oboru tělesná výchova.

V teoretické části práce je po prostudování odborné literatury definován pojem gymnastika, navazuje kapitola o školní tělesné výchově, rámcově vzdělávacím programu, školních vzdělávacích programech a o ŠVP vybraných rumburských škol. Následuje kapitola, v níž je uveden vývoj žáka mladšího školního věku a kapitola, která se zabývá současným stavem tělesné výchovy a gymnastiky jako takové.

V praktické části jsme zahrnuly metodologii výzkumu, výzkumné metody. Dále následují výsledky testování a závěrečné hodnocení. Diplomovou prací jsou předávány mé poznatky všem zájemcům v oblasti gymnastiky o žácích prvního

stupně. Práce by mohla být přínosem pro všechny učitele tělesné výchovy na základních školách, kteří by se chtěli touto problematikou více zabývat.

# **1 Cíle**

## **1.1 Hlavní cíl**

Hlavním cílem práce je porovnání požadavků učiva gymnastiky vzdělávacího oboru tělesná výchova se skutečnými dovednostmi žáků na prvním stupni základní školy.

## **1.2 Dílčí úkoly**

Aby bylo možno splnit hlavní cíl práce, bylo třeba stanovit si tyto dílčí úkoly:

1. Prostudovat dostupnou literaturu k tématu.
2. Prostudovat vzdělávací obsahy školních vzdělávacích programů prvních stupňů daných škol.
3. Zjistit potřebné výstupy a podle nich připravit tabulky k testování.
4. Testovat základní gymnastické dovednosti žáků.
5. Zpracovat a vyhodnotit výsledky testování.

## 2 Gymnastika

Pojem gymnastika můžeme v širším kontextu chápat jako cvičení, při kterém provádíme uvědomělé koordinované pohyby celého těla a jeho částí spojené v harmonický celek. Pomocí všestrannosti pohybového obsahu v gymnastice vzniká nosný základ v kondičním, zdravotním a obratnostním smyslu. Schopnost koordinovat jednotlivé pohybové prvky ve složitější pohybové operace je základem funkční připravenosti adekvátně reagovat v různých životních situacích. Pohybový obsah gymnastiky tvoří tělesná cvičení, která dělíme do cvičebních druhů se specifickými účinky (Křištofič, 2000, str. 8).

Podle Novotné (2009, str. 5) gymnastiku nechápeme pouze jako systém tělesné výchovy nebo soubor cvičení, ale jako fenomén, který může ovlivňovat životní styl jedince, uspokojovat jeho potřeby a který je současně ovlivňován nároky společnosti na člověka, na jeho zdatnost a výkonnost. Pojetí obsahu a rozdělení gymnastiky se liší podle jednotlivých osobností nebo autorů gymnastických systémů. Proto se v teorii, ale i praxi setkáváme s jinými názvy a charakteristikami obsahu uváděných druhů gymnastiky. Novotná, Pánská, Chrudimský (2009) uvádějí dělení gymnastiky následně:

Tabulka 1: Dělení gymnastiky

Gymnastika				
Gymnastické druhy			Gymnastické sporty	
Základní gymnastika	Rytmická gymnastika	Aerobní gymnastika	Olympijské	Neolympijské
-bez náčiní -s náčiním -na nářadí -užitá -prostná -pořadová	-hudebně pohybová výchova -bez náčiní -s náčiním -taneční výchova	-taneční -kondiční (bez a s náčiním)	-sportovní gymnastika -moderní gymnastika -skoky na trampolíně	-sportovní aerobice -sportovní akrobacie -akrobatický rokenrol -teamgym -fitness jednotlivců

Zdroj: Novotná, V., Pánská, Š., Chrudimský, J., 2009

Dle Křištofiče (2000, str. 9) jsou základní druhy gymnastiky tvořeny ze zásobníku cviků z historických pramenů až po dnešek, který je vývojem upravován a modernizován. Jsou obsahovým zdrojem cílených gymnastických programů zaměřených na kultivaci biologického potenciálu člověka. Tento předmět bývá na školách zařazován v nižších ročnících, kdy je potřeba, aby si žáci vytvořili zásobník cviků a naučili se ho používat.

Rytmické druhy gymnastiky jsou zaměřeny na rozvoj pohybových schopností a dovedností. Jedná se o gymnastická cvičení s hudebním doprovodem, kde u některých druhů rytmičtých gymnastických aktivit tvoří hudba pouze emocionální doprovod a u jiných je nosným základem pohybového doprovodu. Nácvik pohybových sestav s hudebním doprovodem pozitivně ovlivňuje motorickou paměť a je vhodným prostředkem jejího rozvoje (Křištofič, 2000, str. 10).

Sportovní gymnastika je charakteristická sestavami v prostných a na nářadí s cílem získat co nejvyšší bodové ohodnocení. Sestavy obsahují cvičební tvary různých obtížností s neobvyklými polohami těla v prostoru. Sportovní gymnastika žen využívá i prvků baletu, moderní gymnastiky a výrazového tance. Prostná se cvičí za doprovodu zvláště komponované hudby. Nácvik cvičebních tvarů vyžaduje vysokou úroveň pohybových, koordinačních a regulačních schopností i vysokou úroveň psychických kvalit a funkcí hybného systému. V tomto sportovním odvětví se nejvíce uplatňují jedinci s lehkou tělesnou konstitucí středního vzrůstu (Demetrovič, 1988, str. 149).

Jelikož je gymnastika velice rozšířeným odvětvím tělesné výchovy, zabývá se jí velké množství autorů. Definice některých z nich nám poslouží k přesnějšímu vymezení pojmu a obsahu gymnastiky.

„Gymnastika je otevřený systém uspořádaných, přesně určených gymnastických činností s cílem pozitivně ovlivňovat a rozvíjet pohybový projev cvičence, podílet se na pohybové, estetické a společenské kultivaci člověka“ (Novotná, 2009, str. 8).



Petr a Svatoň (1983 str. 13) definují gymnastiku jako: „Historicky vzniklý a stále se vyvíjející subsystém tělesné výchovy uplatňující se ve všech formách tělesné kultury a charakterizovaný specifickým obsahem pohybových činností se zaměřením na všestranný rozvoj osobnosti člověka“.

B. Kos (1990, str. 12) charakterizuje gymnastiku jako: „Metodicky uspořádaná tělesná cvičení, zaměřená na rozvoj těla a jeho pohybových schopností“.

„Gymnastika je gramatikou lidského pohybu. Učí člověka skládat jednodušší pohyb do komplexnějších celků a nezdá se, že při tomto procesu nebývá mnoho legrace. Často chybí pobídka, někdy se nedostává úspěšného výsledku, což vede ke ztrátě motivace“ (Svatoň, 1992, str. 4).

Podle Hájkové a Vejražkové (2002, str. 7) je gymnastika „Soubor tělesných cvičení, jehož cílem je všestranný pohybový rozvoj lidského těla a udržení zdatnosti a celkové dobré výkonnosti“.

Demetrovič (1988, str. 175) uvádí, že gymnastika je „Soubor tělesných cvičení, jehož cílem je všestranný rozvoj lidského těla a udržení zdatnosti a celkové dobré výkonnosti v období zralosti a stárnutí“.

K plnému pochopení významu gymnastiky je třeba uvést několik základních údajů z její dlouhé historie.

Dle Hájkové, Vejražkové (2002, str. 7) termín gymnastika pochází z řečtiny (gymnos = nahý, gymnazein = cvičit nahý). Základ pojmu gymnastika dává řecký systém vedoucí k všestranné kultivaci těla. Společně s „musiké“ (duševní vzdělávání) se gymnastika stává základní složkou výchovy řecké mládeže. Vychází z přirozených cvičení, při kterých byla cílem harmonická výchova a vzdělání v duchu „kalokagathie“. Další vývoj gymnastických cvičení byl ovlivněn filosofií a společenskými podmínkami historických období. V období středověku byl úpadek vzdělanosti, a tím i péče o tělo a jeho funkční rozvoj. Po tomto období nastává renesance, ve které došlo k návratu k antickým ideálům. Vznikaly systémy, které tvoří hlavní zdroje vývoje a současného pojetí gymnastiky.

Německý turnerský systém nářaďového tělocviku vznikl hlavně kvůli dobré fyzické kondici vojáků, sloužících jako ochrana země proti napoleonským válkám. K tomu byly využívány různé druhy nářadí jako např. lana, bradla, hrazda, atd. Hlavními představiteli tohoto směru jsou Friedrich Ludwig Jahn (1778 - 1852) a Ernst Wilhelm Bernhard Eiselen (1792 - 1846).

Švédský systém zdravotní a průpravné gymnastiky budovaný na anatomicko fyziologickém významu založil Per Henrik Ling (1776 - 1839). Myšlenkou tohoto systému bylo využít pohybu jako preventivního a léčebného prostředku. Hlavním cílem byl všestranný rozvoj lidského těla.

Francouzský systém přirozené metody vzniká jako kritika ortodoxní švédské gymnastiky. Hlavním představitelem je George Demeny (1850 - 1914). Zavádí systém harmonických pohybů, což jsou pohyby prováděné plynule a rytmicky přirozenou formou (Hájková, Vejražková, 2002, str. 7).

Gymnastickým systémem u nás byla tělocvičná soustava, kterou vymyslel a sepsal dr. Miroslav Tyrš (1832 - 1884). Vycházela z jiných světových systémů. S postupem let se z tohoto systému vyčleňují některé druhy sportu a turistiky, rozvíjí se druhy gymnastiky pro ženy v souvislosti s rozvojem rytmické gymnastiky ve světě (Hájková, Vejražková, 2002, str. 7 a 8).

Dnes termín gymnastika používáme v užším významu. Charakteristické znaky takto chápané gymnastiky jsou záměrné, výběrové a analytické působení na tvar a funkční rozvoj organismu, na dokonalé ovládnutí pohybového aparátu. Gymnastika je podřízena pedagogickým a zdravotním cílům se zřetelným kondičním, kompenzačním, zdravotním a relaxačním účinkem. Je součástí pohybového režimu zdravých lidí, ale i lidí s oslabeným pohybovým aparátem (Hájková, Vejražková, 2002, str. 8).

### 3 Školní tělesná výchova

Školní tělesná výchova je výchovně vzdělávací obor s cílem specificky pedagogicky působit, stimulovat rozvoj žáka prostřednictvím ověřených pohybových aktivit, působením školy a společenských podmínek (Fialová, 2010, str. 73). Směřuje k poznání vlastních pohybových zájmů, k poznávání účinků konkrétních pohybových činností na tělesnou, duševní a sociální pohodu. V tělesné výchově se snažíme postupovat od spontánní pohybové činnosti žáků k řízené, jejímž cílem je schopnost žáků samostatně ohodnotit svou úroveň zdatnosti. Nedílnou součástí tělesné výchovy jsou korektivní a speciální vyrovnávací cvičení, která jsou využívána preventivně pro všechny žáky nebo pouze pro žáky se zdravotním oslabením (RVP, 2010).

V učebních plánech základních škol je obor Tělesná výchova součástí všech ročníků 1. stupně ZŠ s minimálním rozsahem dvou hodin v týdnu, který ze zdravotních a hygienických důvodů nesmí klesnout. Je dobré usilovat o rozšíření výuky TV na školách, které k tomu mají vhodné podmínky. Na 1. stupni základní školy převažuje TV, ve které se děti vedle praktických dovedností dozvídají poznatky o zdraví v propojení s praktickými činnostmi (Dvořáková, 2007, str. 9). Učivo vybírá učitel v souladu s konkrétními podmínkami školy, úrovní žáků, speciálním pohybovým zaměřením atd., protože není členěno do ročníků (Fialová, 2010, str. 74 a 75).

Ve školní tělesné výchově je gymnastika jedno z nejsložitějších sportovních odvětví, které vyžaduje náročnou přípravu ze strany vyučujících. Musí více než u jiných sportovních odvětví sledovat a vytvořit mnoho organizačních aspektů pro správně vydařenou hodinu.

## 3.1 Kurikulární dokumenty

### 3.1.1 Rámcově vzdělávací program

Rámcový vzdělávací program je dokument státní úrovně, který stanovuje obecný rámec závazných požadavků pro jednotlivé stupně vzdělávání. Formuluje pravidla pro tvorbu školních vzdělávacích programů a definuje rámec pro návrh učebních plánů. V Rámcově vzdělávacím programu základního vzdělávání je kladen důraz na získání všech šesti klíčových kompetencí: kompetence k učení, k řešení problému, komunikativní, sociální a personální, občanské a pracovní (Fialová, 2010, str. 25).

Rámcové vzdělávací programy vycházejí z koncepce celoživotního učení, formulují úroveň vzdělání stanovenou pro všechny absolventy jednotlivých etap vzdělávání a podporují profesní odpovědnost učitelů za výsledky vzdělávání. Učivo ve vzdělávacím obsahu RVP ZV je chápáno jako prostředek k osvojení činnostně zaměřených očekávaných výstupů. Obsah základního vzdělávání je v RVP ZV rozdělen do devíti vzdělávacích oblastí. Každá vzdělávací oblast je tvořena jedním nebo více obsahově blízkými vzdělávacími obory. Tělesná výchova spolu s Výchovou ke zdraví je zařazena do vzdělávací oblasti Člověk a zdraví. Nedílnou součástí základního vzdělávání jsou i průřezová témata, která řeší soudobé problémy světa. Tato témata mají formovat hodnoty a postoje žáků. Jsou jednotná a procházejí všemi vzdělávacími oblastmi. Tím umožňují propojení vzdělávacích obsahů jednotlivých oborů, přispívají k ucelení vzdělávání a rozvíjení klíčových kompetencí. (Fialová, 2010, str. 26)

Zaměříme-li se v rámcově vzdělávacím programu pro základní vzdělávání na gymnastiku v hodinách tělesné výchovy 1. stupně, zjistíme, že jí není věnována dostatečná pozornost. RVP pouze vytyčuje gymnastická cvičení, která se na ZŠ mají vyučovat: průpravná cvičení, akrobacie, cvičení s náčiním a na nářadí a základy rytmické gymnastiky. Záleží pouze na školách a také na přístupu

jednotlivých pedagogů, jak a v jakém rozsahu zařadí gymnastiku do svých školních vzdělávacích programů.

### **3.1.2 Školní vzdělávací program**

Na základě rámcově vzdělávacího programu pro základní vzdělávání si každá škola vytváří svůj školní vzdělávací program pro žáky, který je povinnou součástí dokumentace školy pro celé období vzdělávání. Při vytváření ŠVP učitelé hledají nové možnosti efektivního vzdělávání i vhodnější způsoby jeho vymezení v dokumentu. Mohou vyřadit vše nevyhovující a zatěžující a propojit to, co dosud dělali zvláště s různými záměry. Při jeho vytváření mohou učitelé velmi ovlivnit to, co se na škole bude učit, jakým způsobem a podle jakých kritérií budou výsledky svých žáků hodnotit. Na této tvorbě se nemusejí podílet všichni kantoři. Ovšem je daná struktura, kterou se školy povinně musí řídit (Fialová, 2010, str. 27).

## **3.2 Školní vzdělávací programy vybraných škol**

Pro porovnání požadavků vzdělávacích obsahů gymnastiky ve školách se skutečnými dovednostmi žáků jsem si vybrala základní školy v Rumburku. V tomto městě jsou celkem čtyři školy. Dvě mají první i druhý stupeň a dvě mají pouze první stupeň. Všechny školy mají časovou dotaci na tělesnou výchovu stejnou: dvě hodiny týdně.

### **3.2.1 Základní škola U Nemocnice**

První z vybraných škol je ZŠ U Nemocnice 1139/5, která poskytuje úplné povinné školní vzdělání v rozsahu 1. – 9. ročníku. V současné době školu

navštěvuje okolo 550 dětí. Obklopuje ji velký pozemek se sportovním areálem a dětským hřištěm. Součástí školy je školní sportovní klub, který byl založen v roce 1996 a je zaregistrován v Asociaci školních sportovních klubů České republiky. Cílem klubu je poskytnout dětem tělocvičeny v odpoledních hodinách v zájmových kroužcích tak, aby si zvykly na pravidelnou sportovní činnost. Hlavní sportovní aktivity představují aerobik, gymnastika, atletika, basketbal, florbal a vybíjená ([www.zsunemocnice.cz](http://www.zsunemocnice.cz)).

Z této základní školy mi byly poskytnuty pouze učební plány tělesné výchovy a charakteristika předmětu. Výuka vychází ze vzdělávací oblasti Člověk a zdraví a je členěna na tři tematické okruhy: činnost ovlivňující zdraví, činnost ovlivňující úroveň pohybových dovedností a činnost podporující pohybové učení. V druhém a třetím ročníku probíhá plavecký výcvik v rozsahu dvaceti hodin.

Výchovné a vzdělávací strategie vedou k získání klíčových kompetencí, např.: „Učitel vede žáky k osvojování zásad bezpečného chování ve sportovním prostředí a samostatnému řešení situací úrazu spolužáka, problémů s nesportovním chováním, nevhodným sportovním prostředím a nevhodným sportovním náčiním a nářadím“ (ŠVP, ZŠ U Nemocnice, 2011). Vzdělávací obsahy tělesné výchovy školy jsou rozdělené do jednotlivých ročníků, na učivo a výstupy předmětu. To vše bylo velice přehledně a konkrétně zpracované a snadné k orientaci. Je zde srozumitelně popsáno, jaký cvik a ve kterém ročníku mají žáci cvičit. To bylo velmi výhodné pro zpracovávání tabulek (viz příloha číslo 1).

### **3.2.2 Základní škola Tyršova**

Druhá z vybraných škol, ZŠ Tyršova 1066/2, také poskytuje úplné povinné vzdělání od 1. – 9. ročníku. Celkem vzdělává okolo 440 žáků. Škola se vyskytuje v centru města, a tak mají žáci možnost vykonávat sportovní aktivity pouze

v tělocvičně. Sportovní zájmové aktivity školy jsou: košíková, florbal, aerobic, sportovní hry, odbíjená ([www.zstyrsovarbk.cz](http://www.zstyrsovarbk.cz)).

ZŠ Tyršova v ŠVP vychází z obecných vzdělávacích cílů a kompetencí RVP ZV. V něm charakterizuje tělesnou výchovu takto: „Veškeré tělesné pohybové aktivity vedou k všestrannému rozvoji žáka, nejen ke zvýšení jeho pohybových schopností a dovedností, ale i k posílení jeho charakterových vlastností. Tělesná výchova pěstuje u žáků kladný vztah ke sportu a pohybu vůbec, aby se sport stal součástí jejich zdravého životního stylu. Systémem jednoduchých pohybových a sportovních aktivit vede ke zvyšování tělesné zdatnosti a k správnému držení těla žáků. Základní a důležitou metodou, která slouží ke splnění všech těchto cílů a úkolů je HRA a dodržování herních pravidel. Osvojením základů herních technik a taktických postupů zvyšujeme u žáků nejen pohybové schopnosti, ale také podporujeme jejich prostorovou orientaci, schopnost správného a rychlého rozhodování i schopnost pohotově reagovat. Tělesná výchova je předmět, při kterém je nutný diferencovaný přístup k žákům podle jejich momentální tělesné zdatnosti“ (ŠVP, ZŠ Tyršova, 2011).

Vzdělávací obsahy tělesné výchovy byly zpracovány ze všech škol nejlépe. Každý ročník mají rozepsaný v tabulkách. Z gymnastiky v učivu vypsali pouze cviky, jež by měli žáci v daném ročníku splnit. Vše je konkrétní a smysluplné (viz příloha číslo 2).

### **3.2.3 Základní škola Vojtěcha Kováře**

Základní školu Vojtěcha Kováře 85/31 tvoří pouze ročníky prvního stupně. Škola vzdělává 105 žáků v pěti kmenových třídách. K pohybovým aktivitám je využívána tělocvična a hřiště u školy. Škola poskytuje dvě sportovní zájmové aktivity: aerobic a sportovní hry ([www.zsvojtechakovare.cz](http://www.zsvojtechakovare.cz)).

Charakteristika tělesné výchovy v této škole byla napsaná stejně, jako tomu je ve vzdělávací oblasti Člověk a zdraví v RVP ZV. Vzdělávací obsahy TV

byly velice nepřehledné. Ročníky prvního stupně mají v plánech rozděleny do dvou období. První období je první až třetí třída a druhé období jsou čtvrtá a pátá třída. Učivo ročníků v prvním i druhém období bylo stejné, proto nebylo jasné, jaký určitý gymnastický prvek mají žáci umět v daném ročníku (viz příloha číslo 3).

### **3.2.4 Základní škola Pastelka**

Soukromá škola ZŠ Pastelka, Jiříkovská 962/49 je ze všech rumburských škol nejnovější, zahájila výuku v roce 2005. Škola poskytuje základní vzdělání na 1. stupni ZŠ s rozšířenou výukou německého jazyka. Navštěvuje ji okolo stovky dětí. V nabídce zájmových kroužků nemají žádný sportovní (www.zspastelka.com).

Charakteristiku předmětu TV mají naprosto stejnou jako ZŠ V. Kováře. I zde mají první stupeň rozdělený na dvě období. Z učiva nebylo jasné, zdali se týká gymnastiky nebo atletiky atd. Například učivo prvního období: „Informace o bezpečnosti a hygieně. Průpravné a přímivé cviky. Žák prochází fázemi motorického učení jednodušších sportovních a pohybových dovedností dle vlastních dispozic. Drobné hry, úpoly, závody družstev“ (ŠVP, ZŠ Pastelka, 2011). Vše je uvedeno velmi obecně až nesrozumitelně (viz příloha č. 4).



## **4 Mladší školní věk**

Vývoj u dětí mladšího školního věku probíhá velmi individuálně. U každého žáka se různě projevují tělesné, motorické a psychické změny. Proto ne každé dítě zvládne určitý gymnastický cvičební tvar stejně dobře jako ostatní spolužáci.

### **4.1 Tělesný vývoj**

Jak uvádí Vilímová (2002, str. 38), mladší školní věk je období 6 – 11 let, ve kterém začíná vývoj sekundárních pohlavních znaků. Tempo tělesného vývoje se začíná zpomalovat růstem těla do výšky a zintenzivní se růst objemu těla. Dívky mají růst o něco rychlejší než chlapci.

Kosti a kloubní spojení jsou velmi měkké a pružné. Slabě vyvinuté je zádomé svalstvo, kde při jednostranném zatížení (např. sezení ve škole) mohou vznikat poruchy držení těla a stavby nohou. Dívky dosahují menších hodnot síly jednotlivých svalových skupin. Kvůli nedostatečně vyvinutému dýchacímu svalstvu je jejich dýchání málo hluboké. Zvýšením frekvence dýchání kryjí větší spotřebu kyslíku organismu. V tomto období mají děti relativně větší objem srdce než dospělý, což působí kladně na krevní oběh. Dokážou se po fyzickém nebo psychickém zatížení dostat velmi rychle na normální hodnoty srdeční frekvence (Vilímová, 2002, str. 38).

### **4.2 Motorika**

Období vstupu do školy lze charakterizovat jako nucené dlouhodobé dodržování statistických poloh při sezení. Tato jednostranná zátěž může vést až k funkčním a strukturálním změnám pohybového systému. Vyžaduje pohybovou

kompenzaci nejen o přestávkách, ale i v průběhu vyučování. K motorickému rozvoji kladně napomáhá biologická a psychická vyrovnanost dětí v mladším školním věku. Jejich radost z pohybu, spontánnost, soutěživost, emoční prožívání, soustředěnost, přirozený rozvoj kondičních a koordinačních schopností, sociální faktory a spousta dalších jsou příčinou nejvhodnějších podmínek pro motorický růst. Hodina tělesné výchovy musí být pestrá, zajímavá, rušná, bohatá na dynamický pohyb, obsahující mnohostrannou pohybovou aktivitu. Hry nadále zůstávají základní činností (Bursová, 2001, str. 59 a 60).

Na začátku období 6 – 7 let je vývoj nervové soustavy v podstatě ukončen. Přirozenou motoriku dětí (běh, skoky atd.) uplatňujeme v učení se nových pohyblivých dovedností a složitějších činností. V počátku mají problémy v koordinaci pohybů složitějších motorických aktů (chytání míče atd.), které vcelku rychle mizí. Na konci období jsou schopné provádět i koordinačně náročný pohyb (Rychtecký, 1995, str. 57).

## **4.3 Psychika**

Vstup do školy je pro děti velice klíčovým obdobím, které zasahuje do života dítěte změnou stávajících aktivit. Zvykají si na přechod od hry k vážné činnosti, na nová pravidla a sociální normy. Objeví se nová autorita učitele, která může zastínit rodiče. Ke konci období vzrůstá kritičnost v hodnocení jevů ze sociálního prostředí a snižuje se přirozená autorita dospělých, která bývá nahrazena autoritou vrstevníků.

Rychtecký (1995, str. 57) ve své knize Didaktika školní tělesné výchovy uvádí, že mladší školní věk je podle Piageta ve vývoji intelektu označován jako období konkrétní činnosti. Rozvíjí se hlavně logické operace v myšlení, uspořádávání objektů do tříd atd. Dále si dítě osvojuje základní kulturní návyky,

prohlubuje se socializace do nových skupin. Dítě postupně přebírá větší odpovědnost za svoji práci.

Sportovní orientace se v průběhu vývoje začíná utvářet a prohlubovat. Děti mají přirozenou potřebu pohybu i tendenci být členem skupiny a získávat v ní určitou odezvu. Zájmy může negativně ovlivnit brzká aplikace tréninkových metod a postupů z hlediska stereotypie a objemů speciálního zatěžování (Rychtecký, 1995, str. 57 a 58).

## 5 Současný stav problému

Současnou tělesnou výchovou se zabývá mnoho autorů, jako jsou: Vladislav Mužík, Vladimír Süß, Ondřej Ješina, Martin Kudláček, Vlasta Vilímová atd. Jejich názory jsou publikovány např: v časopise Tělesná výchova a sport mládeže, ve Zpravodaji Českého svazu tělesné výchovy nebo v různých sbornících jako např. Tělesná výchova a sport mládeže v 21. století (2011) a jsou k dispozici v pedagogických knihovnách univerzit. Dále se současnými problémy TV zabývají pedagogové na semináři Svatoňova stráž, který pořádají katedry tělesných výchov a sportovních fakult České republiky. Na tomto semináři se učitelé vyjadřují k problematice výuky tělesné výchovy na základních školách v celkovém kontextu RVP.

Jedním z hlavních problémů dnešní TV je kvalita výuky učitelů. Málo učitelů prvního stupně se snaží o kvalitní tělesnou výchovu a neradi do výuky zařazují gymnastiku. Jistě je pro ně snazší vhodit mezi žáky míč a z povzdálí kontrolovat hru, než kvalitně metodicky nacvičit gymnastické prvky. Gymnastika je neodmyslitelnou součástí sportovní přípravy v různých odvětvích a mělo by tomu tak být i ve školní tělesné výchově, neboť díky ní má jedinec schopnost lépe vnímat a ovládat své tělo a vytvoří si sumu pohybových návyků. Proto je TV na školách jedním z nejdůležitějších předmětů, díky ní se mohou jedinci optimálně tělesně rozvíjet. Velké množství dětí se v současnosti při svém osobním volnu spíše než sportu věnuje počítačům, televizi, tělesnou výchovu berou jako nechtěnou nutnost. Proto, je velice důležité aby učitelé kladli větší důraz na školní TV a gymnastiku jako takovou, tvrdí jmenovaní autoři.

Dle Vladislava Mužíka (2008, str. 5) kvalitní tělesná výchova klade důraz na znalosti a dovednosti vztahující se k celoživotní pohybové aktivitě, udržuje žáky v aktivitě po celou dobu vyučování, nabízí výběr z mnoha různých pohybových aktivit, vychází vstříc potřebám všech žáků, rozvíjí žákovu sebedůvěru, aktivně vyučuje spolupráci, vede žáky k sebeovládání a podporuje

pohybovou aktivnost mimo školu. Tyto body by měl dodržovat každý učitel tělesné výchovy, pokud chce, aby jeho učení bylo kvalitní.

Zároveň by měl každý učitel TV mít své určité kvality, neboť by měl vytvářet takovou realitu, aby podporovala žákovu učení, jehož výsledky se projevují zvýšením kvality pozorovatelného pohybového výkonu a trvalým příklonem k žádoucí pohybové aktivitě. (Dobrá, L., 2010, str. 11)

Učitelé by se měli snažit dětem vštěpovat, že tělesná výchova neslouží jen ke zvyšování tělesné zdatnosti, ale také přináší zaručené zdravotní benefity, např.: snižuje rizika chorob, snižuje nebo odstraňuje určité rizikové faktory jako obezitu atd.

Podle zprávy Světové organizace pro zdraví v roce 2006 poprvé převýšil počet obézních počty hladovějších v celosvětovém měřítku, zatím se nepodařilo tento nepříznivý trend zastavit, pouze se pozitivně posunulo formování cílů, obsahu a forem školní tělesné výchovy. (Semiginovský, B., 2007, str. 5, 6)

Podle Ondřeje Ješiny a Martina Kudláčka (2011, s. 7) je cílem nové TV šťastný člověk, který má prožitek z pohybu a komunikace v pohybu, správně chápána pohybová činnost by měla vždy směřovat ke zdraví člověka a k rozvoji v rovině sociální a psychické.

Vladislav Mužík (2012, str. 2, 5, 6) v roce 2007/2008 provedl reprezentativní výzkum názorů občanů na problematiku související s podporou zdraví. Součástí tohoto výzkumu byly i otázky týkající se školní tělesné výchovy. Otázky se týkaly spokojenosti s úrovní tělesné výchovy na ZŠ a kladů a záporů současné tělesné výchovy. Výsledkem byla spokojenost české veřejnosti s tělesnou výchovou. Za kladné body považuje: podporu zdraví, větší rozmanitost TV, kvalitnější učitele, lepší vybavenost tělocvičen a sportovišť. V záporech tělesné výchovy se objevilo: nedostatečný rozsah TV, nedostatky v obsahu TV, nedostatečná úroveň učitelů, velká finanční náročnost, špatný přístup dětí k TV.

Současné pojetí školní TV vychází z Rámcově vzdělávacího programu, v němž je TV součástí vzdělávací oblasti Člověk a zdraví. Zde je základní vzdělávání zaměřeno na utváření vztahu ke zdraví a na poznávání bezpečí.

Tělesná výchova vychází především z motivující atmosféry, zájmu žáků a z jejich individuálních předpokladů. (Fialová, L., 2010, str. 75 a 76)

Po prostudování dostupných materiálů týkajících se problematiky současné školní tělesné výchovy zjišťujeme, že téma této diplomové práce nebylo dosud výrazněji řešeno. Proto by tato práce mohla být pro učitele přínosná, neboť nastiňuje další oblast problematiky školní tělesné výchovy na prvním stupni ZŠ. Práce by mohla podnítit zájem vyučujících o gymnastiku v hodinách TV.

## **6 Metodika výzkumu**

### **6.1 Charakteristika souboru**

Pro výzkum k diplomové práci jsme oslovili ředitele čtyř rumburských základních škol. Po prostudování požadavků učiva gymnastiky uvedených ve školních vzdělávacích programech byli vybráni žáci prvního stupně pouze ve třech školách. Největší z vybraných škol je ZŠ U Nemocnice 1139/5. Testování se v této škole zúčastnilo 209 žáků v poměru 118 dívek a 91 chlapců. Ve druhé z vybraných škol, ZŠ Tyršova 1066/2, se testování zúčastnilo 177 žáků v poměru 89 dívek a 88 chlapců. V základní škole Vojtěcha Kováře 85/31 bylo testováno 83 žáků v poměru 39 dívek a 44 chlapců.

Z celkového počtu 468 testovaných žáků jich 245 bylo pohlaví ženského a 223 pohlaví mužského. V prvních třídách se testování zúčastnilo 112 žáků v poměru 64 dívek a 48 chlapců. V druhých třídách 99 žáků v poměru 51 dívek a 48 chlapců. Ve třetích třídách 75 žáků v poměru 40 dívek a 35 chlapců. Ve čtvrtých třídách 106 žáků v poměru 53 dívek a 53 chlapců a v pátých třídách 77 žáků v poměru 38 dívek a 39 chlapců.

### **6.2 Strategie výzkumu**

Po prostudování vzdělávacích obsahů tělesné výchovy týkajících se gymnastiky byla ZŠ Pastelka z testování vyřazena, neboť její vzdělávací obsahy byly velmi obecné a nezahrnovaly žádné konkrétní cvičební tvary potřebné ke zpracování testovací tabulky.

Testování v ZŠ U Nemocnice, ZŠ Tyršova a ZŠ Vojtěcha Kováře se uskutečnilo v rozmezí dvou měsíců, a to v květnu a v červnu v roce 2011. Tyto měsíce byly pro práci podstatné, neboť se jednalo o testování výstupů daného

ročníku. Vždy se jednalo o dopolední hodiny výuky ve všedních dnech, při kterých jsme po předchozí domluvě s řediteli a přípravě s učiteli testovaných základních škol žáky ve školních tělocvičnách testovali. Testování tříd nemělo žádný pořadník, byly využity časové možnosti rozvrhů učitelů.

Na začátku hodiny byl vždy všem žákům vysvětlen důvod testování. Testování každé třídy probíhalo přibližně ve třech vyučovacích hodinách. Předem jsme vytvořili testovací tabulky dle požadavků učitelů, ty obsahovaly veškeré cvičební tvary, jež by měli žáci v daném ročníku konkrétní školy zvládat. Vždy jsme se domluvili s učiteli, které cvičební tvary budeme v konkrétních hodinách testovat. Všechny děti byly po celou dobu testování natáčeny. Samostatné hodnocení testovacích cvičebních tvarů prováděla proškolená komise složená ze tří pedagogů, učitelů tělesné výchovy na základní škole. Výkony známkovali Mgr. Pavla Boháčková, Mgr. Alena Košnarová a Mgr. Jan Šišulák. Stupně hodnocení byly použity v souladu se školským zákonem č. 317/2008 Sb. Při testování byla použita kamera, kterou se předváděné výkony všech žáků škol nahrály a následně byly přehrávány komisi.

V úvodu hodiny se děti vždy rozcvičily a zahřály motivační hrou, poté jsme připravili pomůcky a nářadí k provedení cvičebních tvarů a začali testovat. Žáky jsme si před samotným testováním vždy rozdělili na dvě stejně velké skupiny kvůli lepší organizaci a také proto, aby se žáci, kteří nebyli testováni, zabavili. Jedna skupina byla testována a druhá se věnovala jiné činnosti se svým vyučujícím. Začínali jsme cvičebními tvary a pohybovými dovednostmi náročnějšími na přípravu (např: šplh na tyči, cviky na hrazdě atd.). Průměrně jsme za jednu vyučovací hodinu stihli otestovat tři až čtyři cvičební tvary. Poté jsme s vyučujícími naplánovali další časové možnosti dle rozvrhů jednotlivých tříd. Takovýmto způsobem byly otestovány všechny cvičební tvary, které žáci v daném ročníku mají umět.

V každé z testovaných škol jsme se setkali se vstřícným přístupem. Ředitelé vždy velice ochotně přijali návrh na testování jejich žáků. Učitelé nás informovali o úrovni žáků v hodinách tělesné výchovy a dávali zajímavé rady pro



budoucí praxi. Měli zájem o testovací tabulky, které se jim hodí pro klasifikaci dětí, i o jiný pohled na úroveň dovedností jejich žáků. Ve všech těchto školách měli stejně vhodně vybavené a prostorné tělocvičny. Díky všem těmto aspektům celé testování probíhalo bez sebemenších potíží a ve velice příjemných podmínkách.

## **6.3 Výzkumné metody**

### **6.3.1 Metody získávání informací**

Informace potřebné k testování pohybových dovedností žáků byly získány ze školních vzdělávacích programů vybraných rumburských škol. Každá z těchto škol poskytla své vzdělávací plány tělesné výchovy. Tyto plány byly důkladně prostudovány a analyzovány.

#### **6.3.1.1 Testování pohybových dovedností a cvičebních tvarů**

Pohybovou dovednost získáváme učením. Je to předpoklad pro správné, rychlé a úsporné řešení určitého pohybového úkolu. Vytváří se jako základ činností, které se v životě velmi často opakují (Demetrovič, 1988, str. 37).

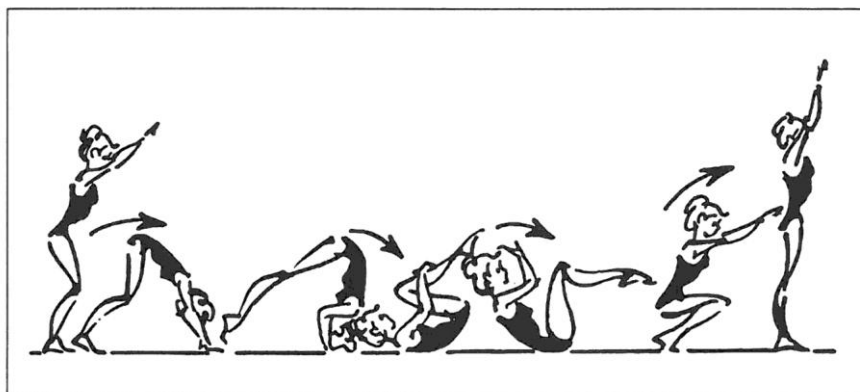
Pro testování skutečných pohybových dovedností byly vybrány tyto cvičební tvary a pohybové dovednosti ze školních vzdělávacích programů hodnocených škol: kotoul vpřed, kotoul vzad, šplh na tyči.

##### **6.3.1.1.1 Kotoul vpřed**

Kotouly rozvíjejí především obratnost. Učíme je z různých poloh. Základní poloha podřep – vzpažit umožňuje získání největší polohové energie. Kotoul vpřed je přetáčivý pohyb, při kterém se cvičenec dotýká podložky

jednotlivými částmi těla. Podstatou zrychlení otáčivého pohybu je přiblížení hmoty těla k ose otáčení. V průběhu přetáčení je nutné udržet maximální sbalení. Aktivním využitím hybnosti trupu je zajištěn přechod do konečné polohy kotoulu.

Chyby: nedostatečné sbalení a snížení svalového napětí v průběhu přetáčení (Svatoň, 1985, str. 89).

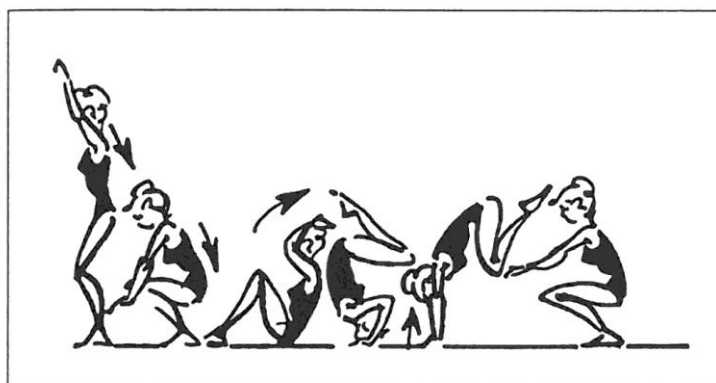


**Obrázek 1:** Kotoul vpřed. *Pramen:* Zítko, M. (2005)

#### **6.3.1.1.2 Kotoul vzad**

Jedná se též o přetáčivý pohyb, který spočívá v účelném převedení polohové energie výchozího postavení na rotační pohyb vzad a zkoordinování skrčení nohou a vzpíravé práce paží. Kotoul vzad obvykle začínáme ze stoje nebo podřepu, vzpažit pádem vzad přes kolébku, který musí mít tak velkou rotaci, aby akce paží sloužila jen k nadlehčení těla při průchodu přes hlavu. Rychlé skrčení nohou při kolébce vzad pomáhá zvýšit rotaci. U kotoulu vzad musíme dbát na správný metodický postup, aby nedošlo k přetížení krční páteře (Zítko, M., 2005, str. 44).

Chyby: nepřesné položení rukou vedle hlavy a málo aktivní vzpírání rukama při přetáčení těla (Svatoň, 1985, str. 91).



**Obrázek 2:** Kotoul vzad. *Pramen:* Zítko, M. (2005)

#### **6.3.1.1.3 Šplh na tyči**

Šplhání je pohyb na svislé nebo šikmé tyči pomocí přitahování pažemi a vzpírání nohama. Příraz nohama můžeme provádět nártý nebo chodidly. Šplhání můžeme provádět i bez přírazu čistým ručkováním, a to shyby nebo vysunováním pažemi se spuštěnými nohama nebo s rytmičným zvedáním nohou (Demetrovič, 1988, str. 225).

#### **6.3.1.2 Odborné posuzování**

Stupně hodnocení byly použity v souladu se školským zákonem č. 317/2008 Sb. Každý cvičební tvar a pohybová dovednost byly hodnoceny proškolenou komisí, která se skládala ze tří učitelů tělesné výchovy ze základních škol zúčastněných na výzkumu: Mgr. Pavla Boháčková, Mgr. Alena Košnarová a Mgr. Jan Šišulák. Komise cvičební tvary hodnotila dle směrnice klasifikačního řádu a podle klasifikace v předmětech s převahou praktických činností takto:

*Stupeň 1 (výborný)* – žák cvik splnil bez chyby dle správné techniky.

*Stupeň 2 (chvalitebný)* – žák cvik splnil s drobnou chybou.

*Stupeň 3 (dobrý)* – žák cvik splnil s drobnými chybami.

*Stupeň 4 (dostatečný)* – žák cvik splnil s výraznou chybou, špatné technické provedení.

*Stupeň 5 (nedostatečný)* – žák cvik nesplnil.

Po hodnocení pedagogů byl vypočítán průměr z udělených známek a následně byl zaokrouhlen na nejbližší celé číslo.

### **6.3.2 Metody zpracování výsledků**

Pro každý ročník byly vytvořeny tabulky v programu Microsoft Office Excel 2007 rozdělené podle pohlaví, ve kterých uvádíme cvičební tvary a hodnocení, jaké za ně žáci získali. Tyto známky byly využity pro výpočet průměrné známky a směrodatné odchylky. Kvůli velkému množství cviků byly pro vlastní statistické zpracování vybrány v každém ročníku cvičební tvary a pohybové dovednosti, v nichž se školy shodovaly. Průměry těchto testovaných cviků byly použity pro porovnání výkonů jednotlivých škol.

Pro statistické zpracování dat výběrových souborů byly použity základní statistické charakteristiky (četnost, výpočet aritmetického průměru a směrodatné odchylky).

Gymnastické tvary a pohybové dovednosti ve vybraných základních školách v Rumburku byly hodnoceny podle následujícího kritéria: žáci, kteří získali známku výborně, chvalitebně, dobře a dostatečně, splňují učební plány gymnastiky. Žáci, kteří získali známku nedostatečně, učební plány gymnastiky nesplňují.

## 7 Výsledky měření

### 7.1 První třídy

Testování v prvních třídách se v ZŠ Vojtěcha Kováře zúčastnilo 15 žáků v poměru 5 dívek a 10 chlapců, v ZŠ Tyršova 41 žáků v poměru 23 dívek a 18 chlapců a v ZŠ U Nemocnice 56 žáků v poměru 36 dívek a 20 chlapců.

#### 7.1.1 Průběh testování

Dosažené výsledky testování cvičebního tvaru kotoul vpřed uvádí tabulky 2 a 3.

**Tabulka 2:** 1. třídy – kotoul vpřed, hodnocení

hodnocení	ZŠ Vojtěcha Kováře	ZŠ Tyršova	ZŠ U Nemocnice
n	15	41	56
výborně	7	23	53
chvalitebně	4	18	3
dobře	3	0	0
dostatečně	1	0	0
nedostatečně	0	0	0

*Legenda:* n - četnost

V prvních třídách u kotoulu vpřed v ZŠ V. Kováře mělo z 15 žáků 7 výborně, žádný žák nedostal nedostatečně. V ZŠ Tyršova mělo ze 41 žáků 23 výborně, žádný žák nedostal nedostatečně. V ZŠ U Nemocnice z 56 žáků mělo 53 výborně, žádný žák nedostal nedostatečně. Vzhledem k ostatním známkám měla

ZŠ U Nemocnice z prvních tříd nejlepší četnost známky výborně. Ve všech třídách byla nejčastější známka výborně.

**Tabulka 3:** 1. třídy – testování kotoulu vpřed

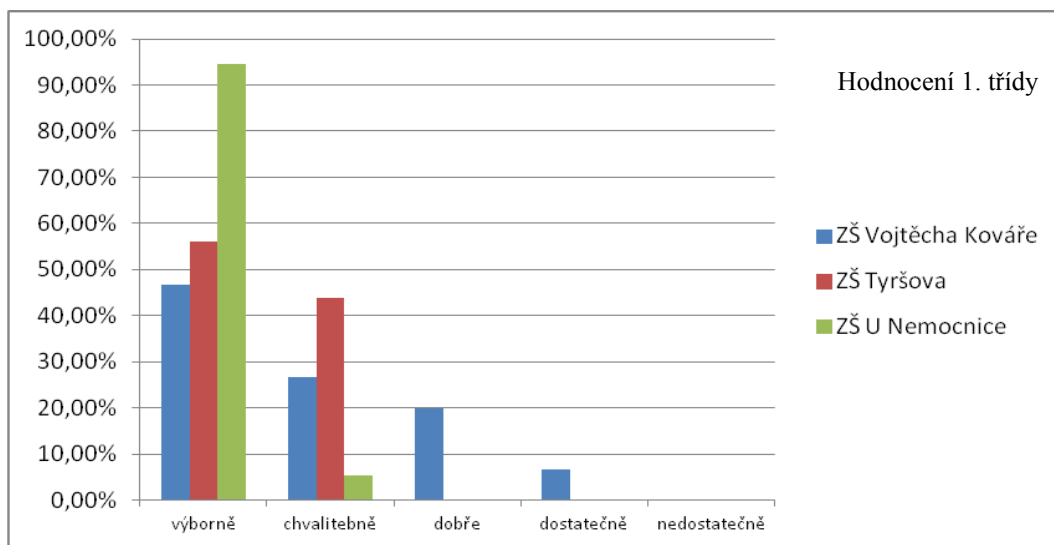
Kotoul vpřed	ZŠ Vojtěcha Kováře		ZŠ Tyršova		ZŠ U Nemocnice	
	D	CH	D	CH	D	CH
n	5	10	23	18	36	20
$\bar{x}$	1,20	2,20	1,61	1,61	1,03	1,03
$\bar{x}$ třídy	1,87		1,44		1,05	
s	1,00		0,50		0,23	

Legenda: D - dívky, CH - chlapci, n - četnost žáků,  $\bar{x}$  - průměr, s - směrodatná odchylka

V prvních třídách byl vybrán jako společný cvičební tvar kotoul vpřed. Nejlepší hodnotu známky dosáhly dívky v ZŠ Vojtěcha Kováře, jejich průměr u kotoulu vpřed byl 1,20. Nejhorší hodnotu známky u kotoulu vpřed dosáhli chlapci i dívky v ZŠ Tyršova, jejich průměr byl 1,61. Všechny školy se vešly do průměru pod 2,00.

Podle průměru 1,05 byla ZŠ U Nemocnice nejlepší z prvních tříd v provedení gymnastického prvku kotoul vpřed: dívky 1,03 a chlapci 1,03. Žáci v ZŠ V. Kováře dosáhli průměru 1,87: dívky 1,20 a chlapci 2,20. V ZŠ Tyršova žáci dosáhli průměru 1,44: dívky 1,61 a chlapci 1,61.

Obrázek 3 uvádí testované školy, známky a četnost známek v procentech.



**Obrázek 3:** Graf procentuálního zastoupení hodnocení kotoulu vpřed - 1. třída

V ZŠ V. kováře byly v první třídě uvedeny následující známky za kotoul vpřed: výborně – 46,7 %, chvalitebně – 26,7 %, dobře – 20 %, dostatečně – 6,6 % a nedostatečně – 0 %. V ZŠ Tyršova byly uvedeny následující známky: výborně – 56,1 %, chvalitebně – 43,9 %, dobře – 0 %, dostatečně – 0 % a nedostatečně – 0 %, v ZŠ U Nemocnice: výborně – 94,6 %, chvalitebně – 5,4 %, dobře – 0 %, dostatečně – 0 % a nedostatečně – 0 %.

Podle procentuálního zastoupení hodnocení u kotoulu vpřed v prvních třídách měla ZŠ U Nemocnice nejvíce procent (94,6 %) u známky výborně ze všech testovaných škol.

### 7.1.2 Shrnutí testování

V prvních třídách z celkového počtu 112 testovaných žáků gymnastický tvar kotoul vpřed splnili všichni. Lze tedy konstatovat, že gymnastické dovednosti žáků odpovídají požadavkům uvedeným v učebních plánech gymnastiky ve školním vzdělávacím programu.

## 7.2 Druhé třídy

Testování se ve druhých třídách v ZŠ Vojtěcha Kováře zúčastnilo 20 žáků v poměru 10 dívek a 10 chlapců, v ZŠ Tyršova 38 žáků v poměru 18 dívek a 20 chlapců a v ZŠ U Nemocnice 41 žáků v poměru 23 dívek a 18 chlapců.

### 7.2.1 Průběh testování

Dosažené výsledky testování cvičebního tvaru kotoul vpřed uvádí tabulky 4 a 5.

**Tabulka 4:** 2. třídy – kotoul vpřed, hodnocení

hodnocení	<b>ZŠ Vojtěcha Kováře</b>	<b>ZŠ Tyršova</b>	<b>ZŠ U Nemocnice</b>
n	20	38	41
výborně	12	31	36
chvalitebně	6	5	5
dobře	2	2	0
dostatečně	0	0	0
nedostatečně	0	0	0

*Legenda:* n - četnost

Ve druhých třídách u kotoulu vpřed v ZŠ V. Kováře mělo z 20 žáků 12 výborně, žádný žák nedostal nedostatečně. V ZŠ Tyršova mělo z 38 žáků 31 výborně, žádný žák nedostal nedostatečně. V ZŠ U Nemocnice ze 41 žáků mělo 36 výborně, žádný žák nedostal nedostatečně. Vzhledem k ostatním známám měla ZŠ U Nemocnice z druhých tříd nejlepší četnost známky výborně. Ve všech třídách byla nejčtenější známka výborně stejně jako v prvních třídách.



**Tabulka 5:** 2. třídy – testování kotoulu vpřed

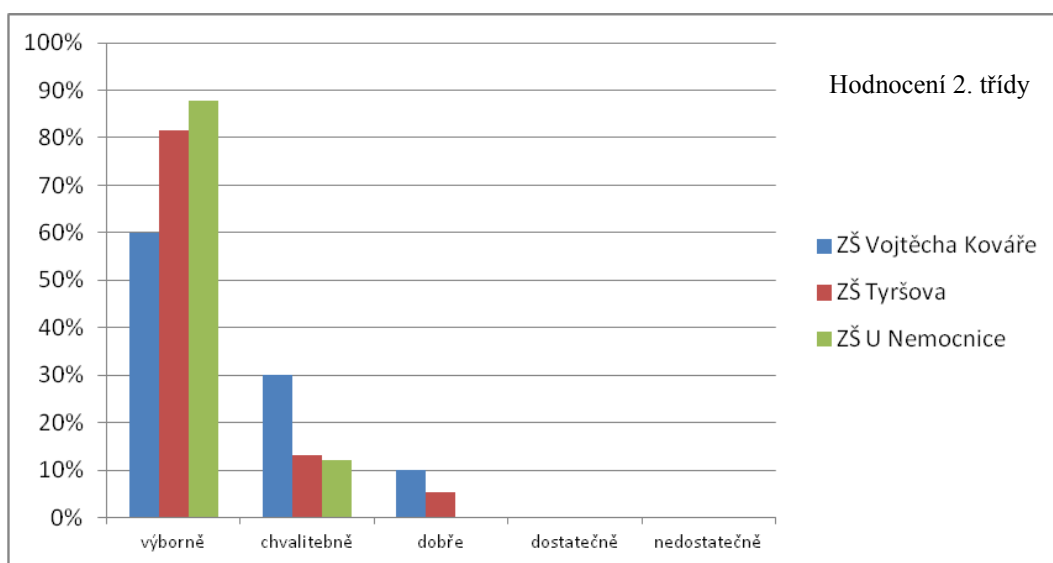
Kotoul vpřed	ZŠ Vojtěcha Kováře		ZŠ Tyršova		ZŠ U Nemocnice	
	D	CH	D	CH	D	CH
n	10	10	18	20	23	18
$\bar{x}$	1,40	1,60	1,11	1,35	1,09	1,09
$\bar{x}$ třídy	1,50		1,24		1,12	
s	0,69		0,54		0,33	

Legenda: D - dívky, CH - chlapci, n - četnost žáků,  $\bar{x}$  - průměr, s - směrodatná odchylka

Ve druhých třídách byl vybrán jako společný cvičební tvar také kotoul vpřed. Nejlepší hodnotu známky dosáhli dívky a chlapci v ZŠ U Nemocnice, jejich průměr u kotoulu vpřed byl 1,09. Nejhorší hodnotu známky dosáhli chlapci v ZŠ V. Kováře, jejich průměr u kotoulu vpřed byl 1,60. Všechny školy se vešly do průměru pod 2,00.

Podle průměru 1,12 byla ZŠ U Nemocnice nejlepší z druhých tříd v provedení gymnastického tvaru kotoul vpřed: dívky 1,09 a chlapci 1,09. Žáci v ZŠ V. Kováře dosáhli průměru 1,50: dívky 1,40 a chlapci 1,60. V ZŠ Tyršova žáci dosáhli průměru 1,24: dívky 1,11 a chlapci 1,35.

Obrázek 4 uvádí testované školy, známky a četnost známek v procentech.



**Obrázek 4:** Graf procentuálního zastoupení hodnocení kotoulu vpřed - 2. třída

V ZŠ V. Kováře byly ve druhé třídě uvedeny následující známky za kotoul vpřed: výborně – 60 %, chvalitebně – 30 %, dobře – 10 %, dostatečně – 0 % a nedostatečně – 0 %. V ZŠ Tyršova byly uvedeny následující známky: výborně – 81,6 %, chvalitebně – 13,1 %, dobře – 5,3 %, dostatečně – 0 % a nedostatečně – 0 %, v ZŠ U Nemocnice: výborně – 87,8 %, chvalitebně – 12,2 %, dobře – 0 %, dostatečně – 0 % a nedostatečně – 0 %.

Podle procentuálního zastoupení hodnocení u kotoulu vpřed ve druhých třídách měla ZŠ U Nemocnice nejvíce procent (87,8 %) u známky výborně ze všech testovaných škol.

## 7.2.2 Shrnutí testování

Ve druhých třídách z celkového počtu 99 testovaných žáků gymnastický tvar kotoul vpřed splnili všichni. Lze tedy konstatovat, že gymnastické dovednosti

žáků odpovídají požadavkům uvedeným v učebních plánech gymnastiky ve školním vzdělávacím programu.

## 7.3 Třetí třídy

Testování se ve třetích třídách v ZŠ Vojtěcha Kováře zúčastnilo 15 žáků v poměru 8 dívek a 7 chlapců, v ZŠ Tyršova 39 žáků v poměru 20 dívek a 19 chlapců a v ZŠ U Nemocnice 21 žáků v poměru 12 dívek a 9 chlapců.

### 7.3.1 Průběh testování

Dosažené výsledky testování cvičebních tvarů kotoulu vpřed, kotoulu vzad a pohybové dovednosti šplh na tyči uvádí tabulky 6 - 8 a tabulka 9.

**Tabulka 6:** 3. třídy - kotoul vpřed, hodnocení

hodnocení	<b>ZŠ Vojtěcha Kováře</b>	<b>ZŠ Tyršova</b>	<b>ZŠ U Nemocnice</b>
n	15	39	21
výborně	6	26	19
chvalitebně	8	8	2
dobře	1	3	0
dostatečně	0	1	0
nedostatečně	0	1	0

*Legenda:* n - četnost

Ve třetích třídách u kotoulu vpřed v ZŠ V. Kováře mělo z 15 žáků 6 výborně, žádný žák nedostal nedostatečně. V ZŠ Tyršova mělo z 39 žáků 26 výborně, 1 žák dostal nedostatečně. V ZŠ U Nemocnice z 21 žáků mělo 19 výborně, žádný žák nedostal nedostatečně. V poměru k ostatním známám, měla

ZŠ Tyršova ze třetích tříd nejlepší četnost známky výborně za kotoul vpřed. V ZŠ Vojtěcha Kováře byla nejčtenější známka chvalitebně.

**Tabulka 7:** 3. třídy - kotoul vzad, četnost známek

hodnocení	<b>ZŠ Vojtěcha Kováře</b>	<b>ZŠ Tyršova</b>	<b>ZŠ U Nemocnice</b>
n	15	39	21
výborně	8	17	15
chvalitebně	7	8	1
dobře	0	7	3
dostatečně	0	4	0
nedostatečně	0	3	2

*Legenda:* n - četnost

U kotoulu vzad v ZŠ V. Kováře mělo z 15 žáků 8 výborně, žádný žák nedostal nedostatečně. V ZŠ Tyršova mělo z 39 žáků 17 výborně, 3 žáci dostali nedostatečně. V ZŠ U Nemocnice z 21 žáků mělo 15 výborně, 2 žáci dostali nedostatečně. U kotoulu vzad měla ZŠ U Nemocnice ze třetích tříd nejlepší četnost známky výborně v poměru k ostatním známám. Ve všech třídách byla nejčtenější známka výborně.

**Tabulka 8:** 3. třídy – šplh na tyči, četnost známek

hodnocení	<b>ZŠ Vojtěcha Kováře</b>	<b>ZŠ Tyršova</b>	<b>ZŠ U Nemocnice</b>
n	15	39	21
výborně	5	14	12
chvalitebně	8	10	2
dobře	2	5	1
dostatečně	0	4	2
nedostatečně	0	6	4

*Legenda:* n - četnost

U šplhu na tyči v ZŠ V. Kováře mělo z 15 žáků 5 výborně, žádný žák nedostal nedostatečně. V ZŠ Tyršova mělo z 39 žáků 14 výborně, 6 žáků dostalo nedostatečně. V ZŠ U Nemocnice z 21 žáků mělo 12 výborně, žádný žák nedostal nedostatečně. U šplhu na tyči měla ZŠ U Nemocnice ze třetích tříd nejlepší četnost známky výborně v poměru k ostatním známkám. Ve všech třídách byla nejčtenější známka výborně.

**Tabulka 9:** 3. Třídy – testování kotoulu vpřed, kotoulu vzad, šplhu na tyči

	ZŠ Vojtěcha Kováře		ZŠ Tyršova		ZŠ U Nemocnice	
	D	CH	D	CH	D	CH
n	8	7	20	19	12	9
Kotoul vpřed						
$\bar{x}$	1,62	1,66	1,15	1,53	1,08	1,09
$\bar{x}$ třídy	1,67		1,54		1,09	
s	0,62		0,94		0,30	
Kotoul vzad						
$\bar{x}$	1,25	1,45	1,70	2,17	1,75	1,71
$\bar{x}$ třídy	1,63		2,18		1,71	
s	0,52		1,31		1,31	
Šplh na tyči						
$\bar{x}$	1,75	1,80	2,30	2,43	2,08	2,23
$\bar{x}$ třídy	1,80		2,43		2,24	
s	0,68		1,46		1,67	

*Legenda:* D - dívky, CH - chlapci, n - četnost žáků,  $\bar{x}$  - průměr, s - směrodatná odchylka

Ve třetích třídách byly společnými cvičební tvary kotoul vpřed, kotoul vzad a pohybová dovednost šplh o tyči. Nejlepší hodnotu známky u kotoulu vpřed dosáhly dívky v ZŠ U Nemocnice, jejich průměr byl 1,08. Nejhorší hodnotu známky dosáhli chlapci v ZŠ V. Kováře, jejich průměr u kotoulu vpřed byl 1,66. Všechny školy se vešly do průměru pod 2,00. Nejlepší hodnotu známky u kotoulu

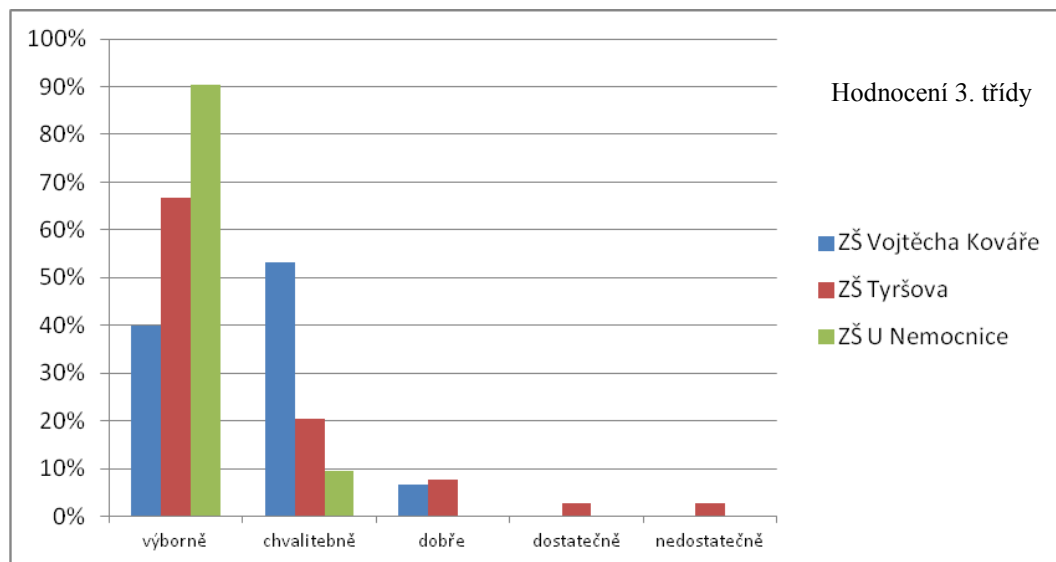
vzad dosáhly dívky v ZŠ V. Kováře, jejich průměr byl 1,25. Nejhorší hodnotu známky dosáhli chlapci v ZŠ Tyršova, jejich průměr u kotoulu vzad byl 2,17. U šplhu na tyči nejlepší hodnotu známky dosáhly dívky v ZŠ V. Kováře, jejich průměr byl 1,75. Nejhorší hodnotu známky u šplhu na tyči dosáhli chlapci v ZŠ Tyršova, jejich průměr byl 2,43.

Nejlepší průměr 1,09 za kotoul vpřed dosáhli v ZŠ U Nemocnice: dívky 1,08 a chlapci 1,09. Žáci v ZŠ V. Kováře dosáhli průměru 1,67: dívky 1,62 a chlapci 1,66. V ZŠ Tyršova žáci dosáhli průměru 1,54: dívky 1,15 a chlapci 1,53.

Nejlepší průměr 1,47 za kotoul vzad dosáhli žáci v ZŠ V. Kováře: dívky 1,25 a chlapci 1,45. Žáci v ZŠ Tyršova dosáhli průměru 2,18: dívky 1,17 a chlapci 2,17. V ZŠ U Nemocnice žáci dosáhli průměru 1,71: dívky 1,75 a chlapci 1,71.

Nejlepší průměr 1,80 za šplh na tyči získali žáci v ZŠ V. Kováře: dívky 1,75 a chlapci 1,80. Žáci v ZŠ Tyršova dosáhli průměru 2,43: dívky 2,30 a chlapci 2,43. V ZŠ U Nemocnice žáci dosáhli průměru 2,24: dívky 2,08 a chlapci 2,23.

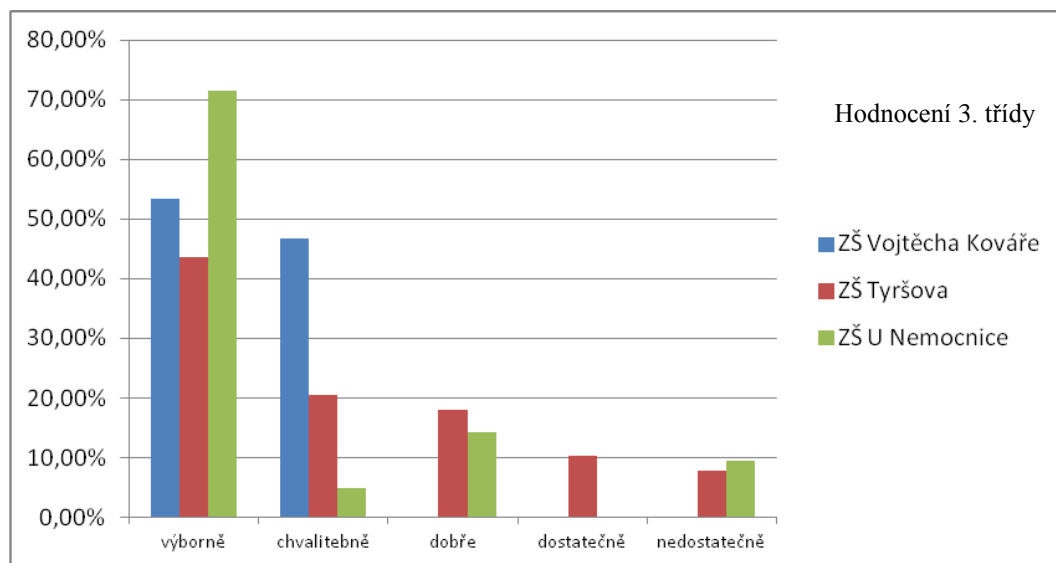
Obrázky 5 - 7 uvádějí testované školy, známky a četnost známek v procentech za kotoul vpřed, kotoul vzad a šplh na tyči.



**Obrázek 5:** Graf procentuálního zastoupení hodnocení kotoulu vpřed - 3. třída

V ZŠ V. Kováře byly ve třetí třídě uvedeny následující známky za kotoul vpřed: výborně – 40 %, chvalitebně – 53,3 %, dobře – 6,7 %, dostatečně – 0 % a nedostatečně – 0 %. V ZŠ Tyršova byly uvedeny následující známky: výborně – 66,6 %, chvalitebně – 20,5 %, dobře – 5,7 %, dostatečně – 2,6 % a nedostatečně – 2,6 %, v ZŠ U Nemocnice: výborně – 90,5 %, chvalitebně – 9,5 %, dobře – 0 %, dostatečně – 0 % a nedostatečně – 0 %.

Podle procentuálního zastoupení hodnocení u kotoulu vpřed ve třetích třídách měla ZŠ U Nemocnice nejvíce procent (90,5 %) u známky výborně ze všech testovaných škol.

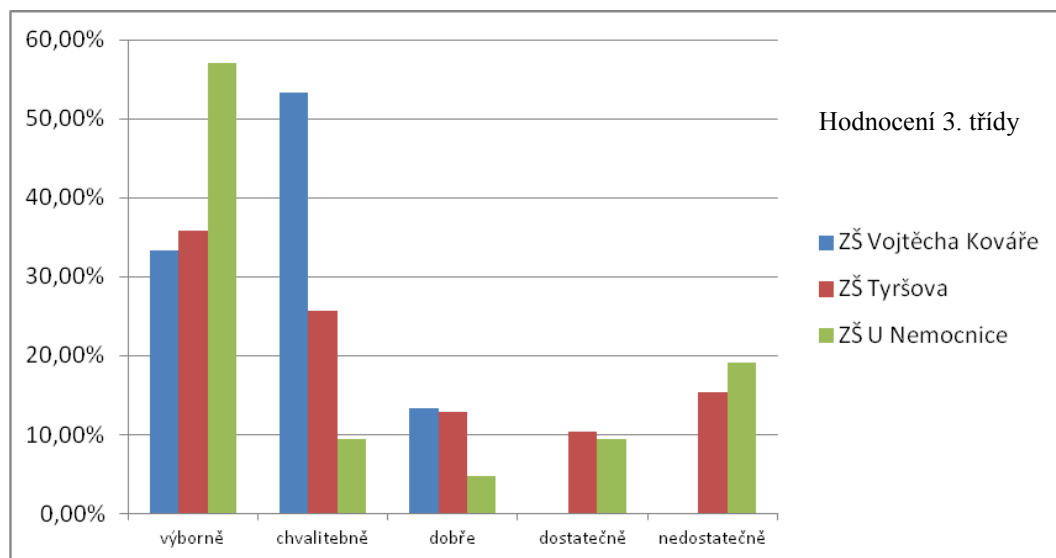


**Obrázek 6:** Graf procentuálního zastoupení hodnocení kotoulu vzad - 3. třída

Za kotoul vzad byly v ZŠ V. Kováře uděleny následující známky: výborně – 53,3 %, chvalitebně – 46,7 %, dobře – 0 %, dostatečně – 0 % a nedostatečně – 0 %. V ZŠ Tyršova: výborně – 43,6 %, chvalitebně – 20,5 %, dobře – 17,9 %, dostatečně – 10,3 % a nedostatečně – 7,7 %, v ZŠ U Nemocnice: výborně – 71,4 %, chvalitebně – 4,8 %, dobře – 14,3 %, dostatečně – 0 % a nedostatečně – 9,5 %.

Podle procentuálního zastoupení hodnocení u kotoulu vzad ve třetích třídách měla ZŠ U Nemocnice nejvíce procent (71,4 %) u známky výborně ze všech testovaných škol.





**Obrázek 7:** Graf procentuálního zastoupení hodnocení šplhu na tyči - 3. třída

Za šplh na tyči byly v ZŠ V. Kováře uděleny následující známky: výborně – 33,3 %, chvalitebně – 53,3 %, dobře – 13,4 %, dostatečně – 0 % a nedostatečně – 0 %. V ZŠ Tyršova: výborně – 35,9 %, chvalitebně – 25,6 %, dobře – 12,8 %, dostatečně – 10,3 % a nedostatečně – 15,4 %, v ZŠ U Nemocnice: výborně – 57,1 %, chvalitebně – 9,5 %, dobře – 4,8 %, dostatečně – 9,5 % a nedostatečně – 19,1 %.

Podle procentuálního zastoupení hodnocení u šplhu na tyči ve třetích třídách měla ZŠ U Nemocnice nejvíce procent (57,1 %) u známky výborně ze všech testovaných škol.

### 7.3.2 Shrnutí testování

Ve třetích třídách z celkového počtu 75 testovaných žáků gymnastický tkotoul vpřed splnilo 74 žáků a 1 nesplnil. Z tohoto poměru lze konstatovat, že gymnastické dovednosti žáků odpovídají požadavkům uvedeným v učebních plánech gymnastiky ve školním vzdělávacím programu. Kotoul vzad splnilo 70 žáků a 5 nesplnilo. Z tohoto poměru lze konstatovat, že gymnastické dovednosti

odpovídají požadavkům uvedeným v učebních plánech gymnastiky v ŠVP. Šplh na tyči splnilo 65 žáků a 10 nesplnilo. Z tohoto poměru lze konstatovat, že pohybové dovednosti odpovídají požadavkům uvedeným v učebních plánech gymnastiky v ŠVP.

## 7.4 Čtvrté třídy

Testování se ve čtvrtých třídách v ZŠ Vojtěcha Kováře zúčastnilo 20 žáků v poměru 9 dívek a 11 chlapců, v ZŠ Tyršova 37 žáků v poměru 17 dívek a 20 chlapců a v ZŠ U Nemocnice 49 žáků v poměru 27 dívek a 22 chlapců.

### 7.4.1 Průběh testování

Dosažené výsledky testování cvičebních tvarů kotoul vpřed, kotoul vzad a pohybové dovednosti šplh na tyči uvádí tabulky 10 - 12 a tabulka 13.

**Tabulka 10:** 4. třídy - kotoul vpřed, hodnocení

hodnocení	ZŠ Vojtěcha Kováře	ZŠ Tyršova	ZŠ U Nemocnice
n	20	37	49
výborně	16	23	38
chvalitebně	3	13	8
dobře	1	0	2
dostatečně	0	0	1
nedostatečně	0	1	0

*Legenda:* n - četnost

Ve čtvrtých třídách u kotoulů vpřed v ZŠ V. Kováře mělo z 20 žáků 16 výborně, žádný žák nedostal nedostatečně. V ZŠ Tyršova mělo z 37 žáků 23

výborně, 1 žák dostal nedostatečně. V ZŠ U Nemocnice ze 49 žáků mělo 38 výborně, žádný žák nedostal nedostatečně. Za kotoul vpřed měla ZŠ U Nemocnice ze čtvrtých tříd nejlepší četnost známky výborně, v poměru k ostatním známkám. Ve všech třídách byla nejčtenější známka výborně.

**Tabulka 11:** 4. třídy - kotoul vzad, hodnocení

hodnocení	<b>ZŠ Vojtěcha Kováře</b>	<b>ZŠ Tyršova</b>	<b>ZŠ U Nemocnice</b>
n	20	37	49
výborně	14	14	20
chvalitebně	2	15	17
dobře	1	2	5
dostatečně	3	5	3
nedostatečně	0	1	4

*Legenda:* n - četnost

U kotoulu vzad v ZŠ V. Kováře mělo z 20 žáků 14 výborně, žádný žák nedostal nedostatečně. V ZŠ Tyršova mělo z 37 žáků 14 výborně, 1 žák dostal nedostatečně. V ZŠ U Nemocnice ze 49 žáků mělo 20 výborně, 4 žáci dostali nedostatečně. U šplhu na tyči měla ZŠ V. Kováře ze čtvrtých tříd nejlepší četnost známky výborně v poměru k ostatním známkám. V ZŠ Tyršova byla nejčtenější známka chvalitebně.

**Tabulka 12:** 4. třídy – šplh na tyči, hodnocení

známka	<b>ZŠ Vojtěcha Kováře</b>	<b>ZŠ Tyršova</b>	<b>ZŠ U Nemocnice</b>
n	20	37	49
výborně	13	14	20
chvalitebně	2	12	4
dobře	1	2	5
dostatečně	1	7	7
nedostatečně	3	2	13

*Legenda:* n - četnost

U šplhu na tyči v ZŠ V. Kováře mělo z 20 žáků 13 výborně, 3 žáci dostali nedostatečně. V ZŠ Tyršova mělo z 37 žáků 14 výborně, 2 žáci dostali nedostatečně. V ZŠ U Nemocnice ze 49 žáků mělo 20 výborně, 13 žáků dostalo nedostatečně. U šplhu na tyči měla ZŠ V. Kováře ze čtvrtých tříd nejlepší četnost známky výborně v poměru k ostatním známkám. Ve všech třídách byla nejčtenější známka výborně.

**Tabulka 13:** 4. třídy - testování kotoulu vpřed, kotoulu vzad, šplhu na tyči

	ZŠ Vojtěcha Kováře		ZŠ Tyršova		ZŠ U Nemocnice	
	D	CH	D	CH	D	CH
n	9	11	17	20	27	22
Kotoul vpřed						
$\bar{x}$	1,22	1,24	1,59	1,46	1,30	1,30
$\bar{x}$ třídy	1,25		1,46		1,31	
s	0,55		0,77		0,65	
Kotoul vzad						
$\bar{x}$	1,77	1,65	2,12	2,03	2,00	2,06
$\bar{x}$ třídy	1,65		2,03		2,06	
s	1,14		1,12		1,23	
Šplh na tyči						
$\bar{x}$	2,44	2,02	2,59	2,23	2,77	2,77
$\bar{x}$ třídy	2,00		2,22		2,77	
s	1,52		1,29		1,71	

Legenda: D - dívky, CH - chlapci, n - četnost žáků,  $\bar{x}$  - průměr, s - směrodatná odchylka

Ve čtvrtých třídách byly společnými cvičební tvary kotoul vpřed, kotoul vzad a pohybová dovednost šplh o tyči. Nejlepší hodnotu známky u kotoulu vpřed dosáhly dívky v ZŠ V. Kováře, jejich průměr byl 1,22. Nejhorší hodnotu známky dosáhly dívky v ZŠ Tyršova, jejich průměr u kotoulu vpřed byl 1,59. Všechny školy se vešly do průměru pod 2,00. Nejlepší hodnotu známky u kotoulu vzad dosáhli chlapci v ZŠ V. Kováře, jejich průměr byl 1,65. Nejhorší hodnotu známky

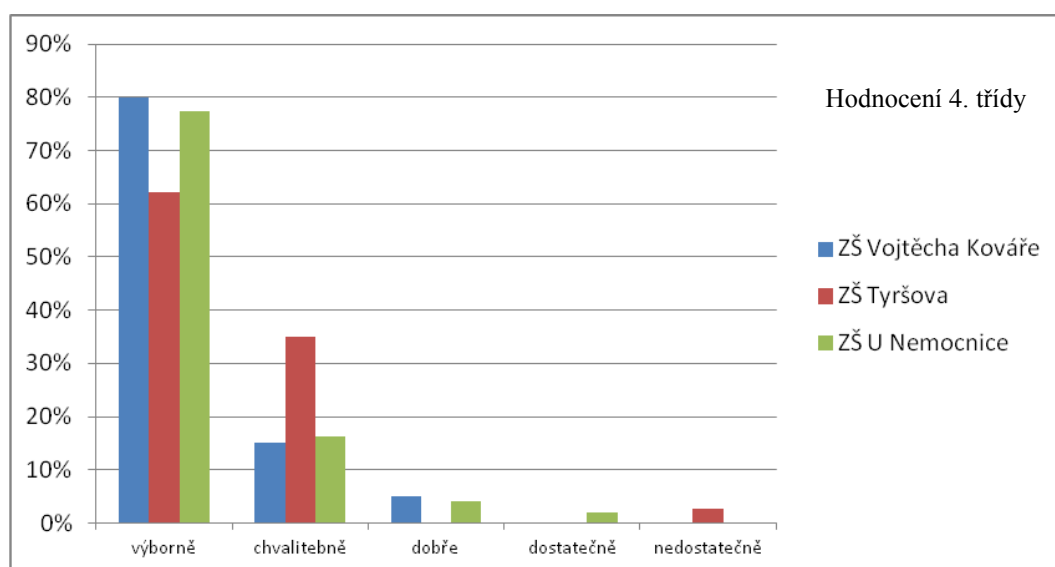
dosáhly dívky v ZŠ Tyršova, jejich průměr u kotoulu vzad byl 2,12. U šplhu na tyči nejlepší hodnotu známky dosáhli chlapci v ZŠ V. Kováře, jejich průměr byl 2,02. Nejhorší hodnotu známky dosáhli chlapci a dívky v ZŠ U Nemocnice, jejich průměr u šplhu na tyči byl 2,77.

Nejlepší průměr 1,25 za kotoul vpřed získali žáci v ZŠ V Kováře: dívky 1,22 a chlapci 1,24. Žáci v ZŠ Tyršova dosáhli průměru 1,46: dívky 1,59 a chlapci 1,46. V ZŠ U Nemocnice žáci dosáhli průměru 1,31: dívky 1,30 a chlapci 1,30.

Nejlepší průměr 1,65 za kotoul vzad dosáhli žáci v ZŠ V. Kováře: dívky 1,77 a chlapci 1,65. Žáci v ZŠ Tyršova dosáhli průměru 2,03: dívky 2,12 a chlapci 2,03. V ZŠ U Nemocnice žáci dosáhli průměru 2,06: dívky 2,00 a chlapci 2,06.

Nejlepší průměr 2,00 za šplh na tyči získali žáci v ZŠ V. Kováře: dívky 2,44 a chlapci 2,00. Žáci v ZŠ Tyršova dosáhli průměru 2,22: dívky 2,59 a chlapci 2,23. V ZŠ U Nemocnice žáci dosáhli průměru 2,77: dívky 2,77 a chlapci 2,77.

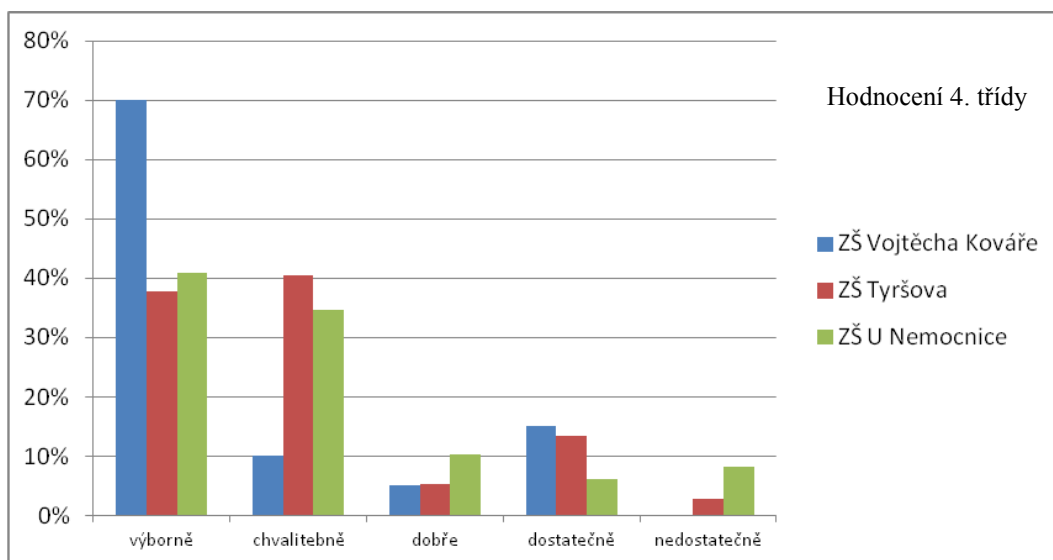
Obrázky 8 - 10 uvádějí testované školy, známky a četnost známek v procentech za kotoul vpřed, kotoul vzad a šplh na tyči.



**Obrázek 8:** Graf procentuálního zastoupení hodnocení kotoulu vpřed - 4. třída

Za kotoul vpřed v ZŠ V. Kováře byly ve čtvrté třídě uvedeny následující známky: výborně – 80 %, chvalitebně – 15 %, dobře – 5 %, dostatečně – 0 % a nedostatečně – 0 %. V ZŠ Tyršova byly uvedeny následující známky: výborně – 62,2 %, chvalitebně – 35,1 %, dobře – 0 %, dostatečně – 0 % a nedostatečně – 2,7 %, v ZŠ U Nemocnice: výborně – 77,5 %, chvalitebně – 16,3 %, dobře – 4,1 %, dostatečně – 2,1 % a nedostatečně – 0 %.

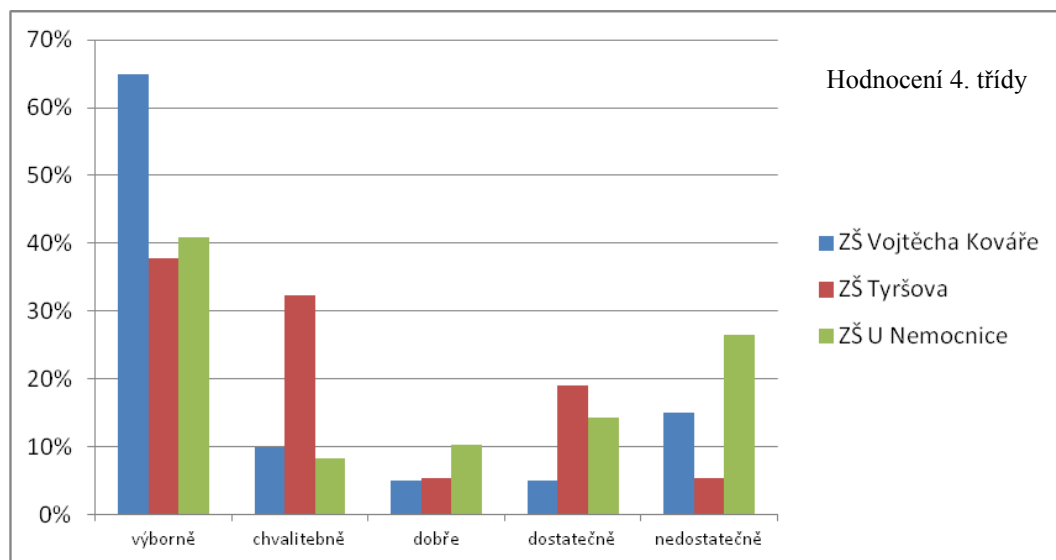
Podle procentuálního zastoupení hodnocení u kotoulu vpřed ve čtvrtých třídách měla ZŠ V. Kováře nejvíce procent (80 %) u známky výborně ze všech testovaných škol.



**Obrázek 9:** Graf procentuálního zastoupení hodnocení kotoulu vzad - 4. třída

Za kotoul vzad byly v ZŠ V. Kováře uděleny následující známky: výborně – 70 %, chvalitebně – 10 %, dobře – 5 %, dostatečně – 15 % a nedostatečně – 0 %. V ZŠ Tyršova: výborně – 37,8 %, chvalitebně – 40,5 %, dobře – 5,4 %, dostatečně – 13,5 % a nedostatečně – 2,8 %, v ZŠ U Nemocnice: výborně – 40,8 %, chvalitebně – 34,7 %, dobře – 10,2 %, dostatečně – 6,1 % a nedostatečně – 8,2 %.

Podle procentuálního zastoupení hodnocení u kotoulu vzad ve čtvrtých třídách měla ZŠ V. Kováře nejvíce procent (70 %) u známky výborně ze všech testovaných škol.



**Obrázek 10:** Graf procentuálního zastoupení hodnocení šplh na tyči - 4. třída

Za šplh na tyči byly v ZŠ V. Kováře uděleny následující známky: výborně – 65 %, chvalitebně – 10 %, dobře – 5 %, dostatečně – 5 % a nedostatečně – 15 %. V ZŠ Tyršova: výborně – 37,8 %, chvalitebně – 32,4 %, dobře – 5,4 %, dostatečně – 19 % a nedostatečně – 5,4 %, v ZŠ U Nemocnice: výborně – 40,8 %, chvalitebně – 8,2 %, dobře – 10,2 %, dostatečně – 14,3 % a nedostatečně – 26,5 %.

Podle procentuálního zastoupení hodnocení u šplhu na tyči ve čtvrtých třídách měla ZŠ V. Kováře nejvíce procent (65 %) u známky výborně ze všech testovaných škol.

### **7.4.2 Shrnutí testování**

Ve čtvrtých třídách z celkového počtu 106 testovaných žáků gymnastický tvar kotoul vpřed splnilo 104 žáků a 2 nesplnili. Z tohoto poměru lze konstatovat, že gymnastické dovednosti žáků odpovídají požadavkům uvedeným v učebních plánech gymnastiky ve školním vzdělávacím programu. Kotoul vzad splnilo 101 žáků a 5 nesplnilo. Z tohoto poměru lze konstatovat, že gymnastické dovednosti odpovídají požadavkům uvedeným v učebních plánech gymnastiky v ŠVP. Šplh na tyči splnilo 88 žáků a 18 nesplnilo. Z tohoto poměru lze konstatovat, že pohybové dovednosti odpovídají požadavkům uvedeným v učebních plánech gymnastiky v ŠVP.

## **7.5 Páté třídy**

Testování v pátých třídách se v ZŠ Vojtěcha Kováře se zúčastnilo 13 žáků v poměru 7 dívek a 6 chlapců, v ZŠ Tyršova 22 žáků v poměru 11 dívek a 11 chlapců a v ZŠ U Nemocnice 42 žáků v poměru 20 dívek a 22 chlapců.

### **7.5.1 Průběh testování**

Dosažené výsledky testování cvičebních tvarů kotoul vpřed, kotoul vzad a pohybové dovednosti šplh na tyči uvádí tabulky 14 - 16 a tabulka 17.



**Tabulka 14:** 5. třídy - kotoul vpřed, hodnocení

hodnocení	<b>ZŠ Vojtěcha Kováře</b>	<b>ZŠ Tyršova</b>	<b>ZŠ U Nemocnice</b>
n	13	22	42
výborně	11	19	33
chvalitebně	2	3	4
dobře	0	0	3
dostatečně	0	0	0
nedostatečně	0	0	2

*Legenda:* n - četnost

V pátých třídách u kotoulu vpřed v ZŠ V. Kováře mělo z 13 žáků 11 výborně, žádný žák nedostal nedostatečně. V ZŠ Tyršova mělo z 22 žáků 19 výborně, žádný žák nedostal nedostatečně. V ZŠ U Nemocnice ze 42 žáků mělo 33 výborně, 2 žáci dostali nedostatečně. U kotoulu vpřed měla ZŠ Tyršova z pátých tříd nejlepší četnost známky výborně v poměru k ostatním známkám. Ve všech třídách byla nejčetnější známka výborně.

**Tabulka 15:** 5. třídy - kotoul vzad, hodnocení

hodnocení	<b>ZŠ Vojtěcha Kováře</b>	<b>ZŠ Tyršova</b>	<b>ZŠ U Nemocnice</b>
n	13	22	42
výborně	4	18	22
chvalitebně	3	4	12
dobře	3	0	1
dostatečně	3	0	0
nedostatečně	0	0	7

*Legenda:* n-četnost

U kotoulu vzad v ZŠ V. Kováře mělo z 13 žáků 4 výborně, žádný žák nedostal nedostatečně. V ZŠ Tyršova mělo z 22 žáků 18 výborně, žádný žák nedostal nedostatečně. V ZŠ U Nemocnice ze 42 žáků mělo 22 výborně, 7 žáků

dostalo nedostatečně. U kotoulu vzad měla ZŠ Tyršova z pátých tříd nejlepší četnost známky výborně v poměru k ostatním známkám. Ve všech třídách byla nejčtetnější známka výborně.

**Tabulka 16:** 5. třídy – šplh na tyči, hodnocení

hodnocení	<b>ZŠ Vojtěcha Kováře</b>	<b>ZŠ Tyršova</b>	<b>ZŠ U Nemocnice</b>
n	13	22	42
výborně	6	17	27
chvalitebně	1	1	3
dobře	0	4	2
dostatečně	3	0	1
nedostatečně	3	0	9

*Legenda:* n - četnost

U šplhu na tyči v ZŠ V. Kováře mělo z 13 žáků 6 výborně, 3 žáci dostali nedostatečně. V ZŠ Tyršova mělo z 22 žáků 17 výborně, žádný žák nedostal nedostatečně. V ZŠ U Nemocnice ze 42 žáků mělo 27 výborně, 9 žáků dostalo nedostatečně. U šplhu na tyči měla ZŠ Tyršova z pátých tříd nejlepší četnost známky výborně v poměru k ostatním známkám. Ve všech třídách byla nejčtetnější známka výborně.

**Tabulka 17:** 5. třída - testování kotoulu vpřed, kotoulu vzad, šplhu na tyči

	ZŠ Vojtěcha Kováře		ZŠ Tyršova		ZŠ U Nemocnice	
	D	CH	D	CH	D	CH
n	7	6	11	11	20	22
Kotoul vpřed						
$\bar{x}$	1,14	1,15	1,00	1,13	1,60	1,43
$\bar{x}$ třídy	1,15		1,14		1,43	
s	0,37		0,35		0,99	
Kotoul vzad						
$\bar{x}$	2,86	2,42	1,10	1,18	2,45	2,01
$\bar{x}$ třídy	2,38		1,18		2,00	
s	1,19		0,39		1,45	
Šplh na tyči						
$\bar{x}$	2,57	2,68	1,36	1,41	2,45	2,10
$\bar{x}$ třídy	2,69		1,41		2,10	
s	1,79		0,79		1,66	

Legenda: D - dívky, CH - chlapci, n - četnost žáků,  $\bar{x}$  - průměr, s - směrodatná odchylka,

V pátých třídách byly společnými cvičební tvary také kotoul vpřed, kotoul vzad a pohybová dovednost šplh o tyči. U kotoulu vpřed nejlepší hodnotu známky dosáhly dívky v ZŠ Tyršova, jejich průměr u kotoulu vpřed byl 1,00. Nejhorší hodnotu známky dosáhli chlapci v ZŠ U Nemocnice, jejich průměr u kotoulu vpřed byl 1,43. Nejlepší hodnotu známky u kotoulu vzad dosáhly dívky v ZŠ Tyršova, jejich průměr byl 1,10. Nejhorší hodnotu známky dosáhly dívky v ZŠ V. Kováře, jejich průměr u kotoulu vzad byl 2,86. U šplhu na tyči nejlepší hodnotu známky dosáhly dívky v ZŠ Tyršova, jejich průměr byl 1,36. Nejhorší hodnotu známky dosáhli chlapci v ZŠ V. Kováře, jejich průměr u šplhu na tyči byl 2,68.

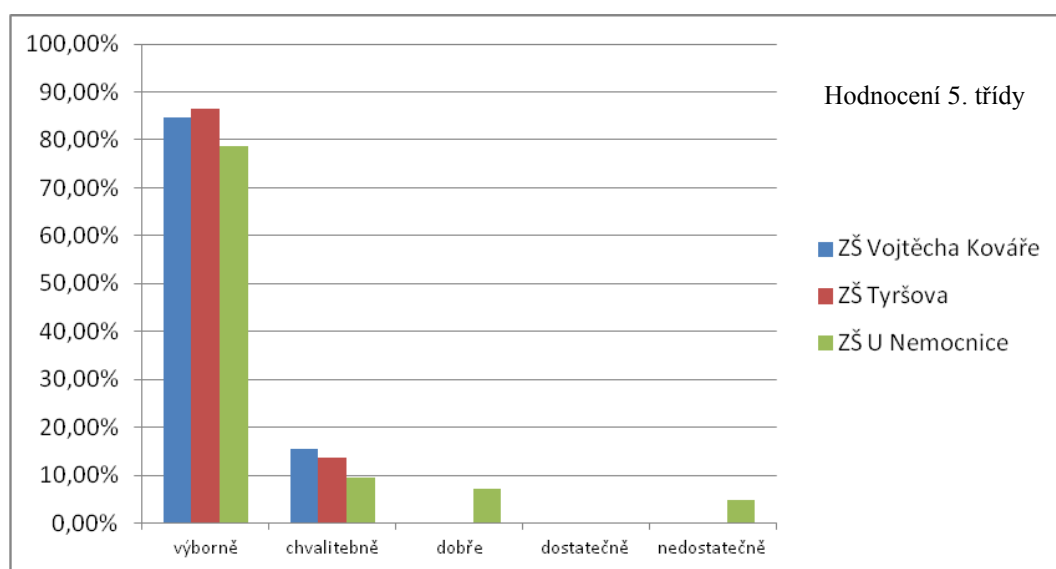
Nejlepší průměr 1,14 za kotoul vpřed získali žáci v ZŠ Tyršova: dívky 1,00 a chlapci 1,13. Žáci v ZŠ V. Kováře dosáhli průměru 1,15: dívky 1,14

a chlapci 1,15. V ZŠ U Nemocnice žáci dosáhli průměru 1,43: dívky 1,60 a chlapci 1,43.

Nejlepší průměr 1,18 za kotoul vzad dosáhli žáci v ZŠ Tyršova: dívky 1,10 a chlapci 1,18. Žáci v ZŠ V. Kováře dosáhli průměru 2,38: dívky 2,86 a chlapci 2,42, v ZŠ U Nemocnice žáci dosáhli průměru 2,00: dívky 2,45 a chlapci 2,01.

Nejlepší průměr 1,41 za šplh na tyči získali žáci v ZŠ Tyršova: dívky 1,36 a chlapci 1,41. Žáci v ZŠ V. Kováře dosáhli průměru 2,69: dívky 2,57 a chlapci 2,68. V ZŠ U Nemocnice žáci dosáhli průměru 2,10: dívky 2,45 a chlapci 2,10.

Obrázky 11 - 13 uvádějí testované školy, známky a četnost známek v procentech za kotoul vpřed, kotoul vzad a šplh na tyči.

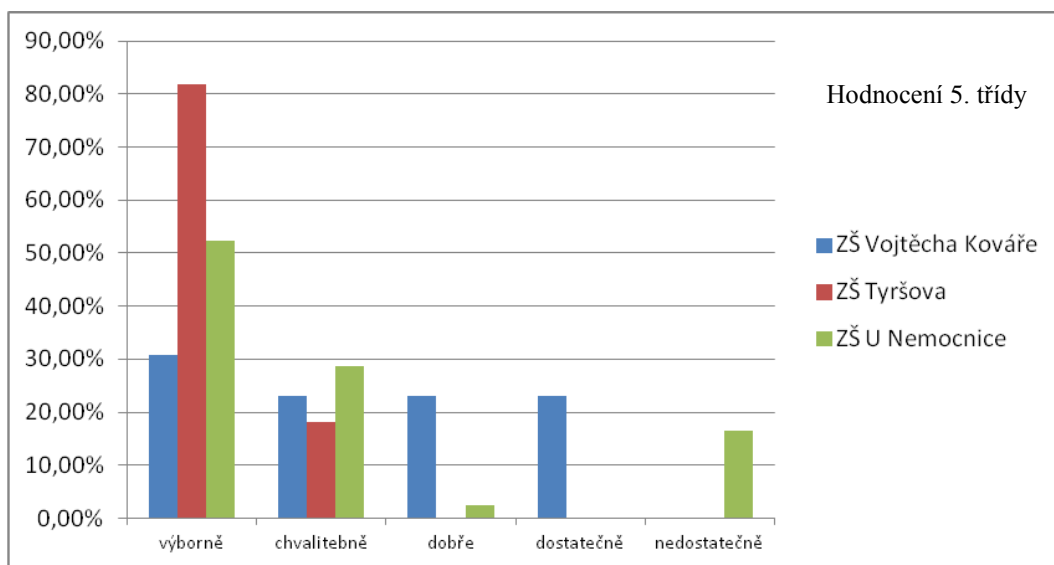


**Obrázek 11:** Graf procentuálního zastoupení hodnocení kotoul vpřed - 5. třída

Za kotoul vpřed v ZŠ V. Kováře byly ve čtvrté třídě uvedeny následující známky: výborně – 84,6 %, chvalitebně – 15,4 %, dobře – 0 %, dostatečně – 0 % a nedostatečně – 0 %. V ZŠ Tyršova byly uvedeny následující známky: výborně – 86,4 %, chvalitebně – 13,6 %, dobře – 0 %, dostatečně – 0 % a nedostatečně –

- 0 %, v ZŠ U Nemocnice: výborně – 78,6 %, chvalitebně – 9,5 %, dobře – 7,1 %, dostatečně – 0 % a nedostatečně – 4,8 %.

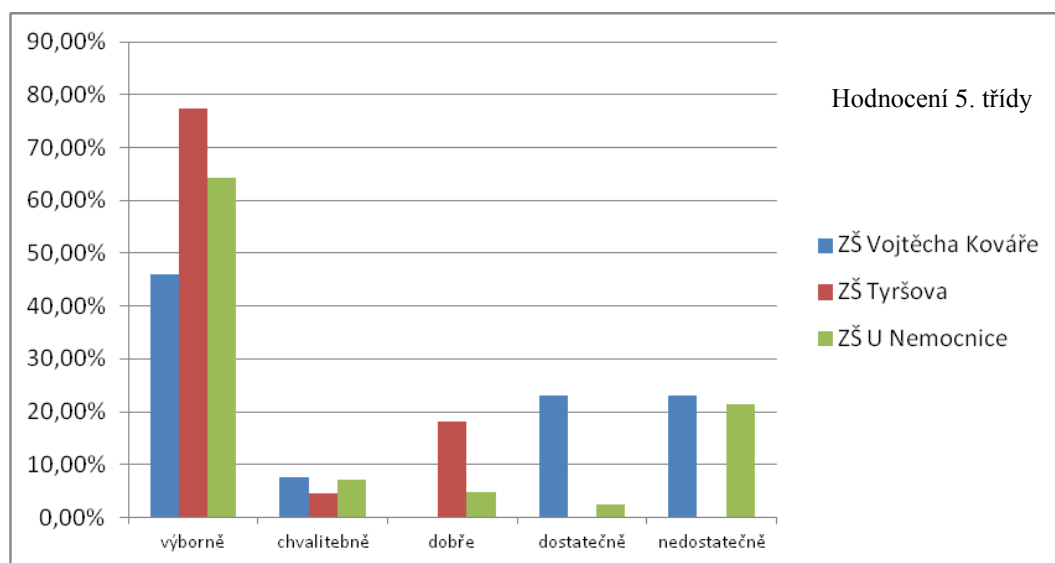
Podle procentuálního zastoupení hodnocení u kotoulu vpřed v pátých třídách měla ZŠ V. Kováře nejvíce procent (84,6 %) u známky výborně ze všech testovaných škol.



**Obrázek 12:** Graf procentuálního zastoupení hodnocení kotoul vzad - 5. třída

Za kotoul vzad byly v ZŠ V. Kováře uděleny následující známky: výborně – 30,7 %, chvalitebně – 23,1 %, dobře – 23,1 %, dostatečně – 23,1 % a nedostatečně – 0 %. V ZŠ Tyršova: výborně – 81,8 %, chvalitebně – 18,2 %, dobře – 0 %, dostatečně – 0 % a nedostatečně – 0 %, v ZŠ U Nemocnice: výborně – 52,4 %, chvalitebně – 28,6 %, dobře – 2,4 %, dostatečně – 0 % a nedostatečně – 16,6 %.

Podle procentuálního zastoupení hodnocení u kotoulu vzad v pátých třídách měla ZŠ Tyršova nejvíce procent (81,8 %) u známky výborně ze všech testovaných škol.



**Obrázek 13:** Graf procentuálního zastoupení hodnocení šplh na tyči - 5. třída

Za šplh na tyči byly v ZŠ V. Kováře uděleny následující známky: výborně – 46,1 %, chvalitebně – 7,7 %, dobře – 0 %, dostatečně – 23,1 % a nedostatečně – 23,1 %. V ZŠ Tyršova: výborně – 77,3 %, chvalitebně – 4,5 %, dobře – 18,2 %, dostatečně – 0 % a nedostatečně – 0 %, v ZŠ U Nemocnice: výborně – 64,3 %, chvalitebně – 7,1 %, dobře – 4,8 %, dostatečně – 2,4 % a nedostatečně – 21,4 %.

Podle procentuálního zastoupení hodnocení u šplhu na tyči v pátých třídách měla ZŠ Tyršova nejvíce procent (77,3 %) u známky výborně ze všech testovaných škol.

## 7.5.2 Shrnutí testování

V pátých třídách z celkového počtu 77 testovaných žáků gymnastický tvar kotoul vpřed splnilo 75 žáků a 2 nesplnili. Z tohoto poměru lze konstatovat, že gymnastické dovednosti žáků odpovídají požadavkům uvedeným v učebních plánech gymnastiky ve školním vzdělávacím programu. Kotoul vzad splnilo 67 žáků a 10 nesplnilo. Z tohoto poměru lze konstatovat, že gymnastické dovednosti

odpovídají požadavkům uvedeným v učebních plánech gymnastiky v ŠVP. Šplh na tyči splnilo 66 žáků a 11 nesplnilo. Z tohoto poměru lze konstatovat, že pohybové dovednosti odpovídají požadavkům uvedeným v učebních plánech gymnastiky v ŠVP.

## **7.6 Hodnocení průběhu testování**

Pro získání konkrétních údajů byly použity metody testování pohybových dovedností a odborného posuzování. Tyto metody jsou časově velice náročné a z hlediska objektivity obtížné. Jednotlivá hodnocení byla udělována za správnost předvedení techniky cvičebních tvarů, dovedností a výskyt nejčastějších chyb v jejich provedení. Získané výsledky byly zpracovány do tabulek (č. 2 - 17) a obrázků (č. 3 - 13).

V některých ročnících se učivo gymnastiky lišilo až tak výrazně, že se školy shodly pouze v jednom cvičebním tvaru. Práce poukazuje nejen na kvalitu výuky v hodinách tělesné výchovy, ale má i diagnostický charakter.

## 8 Závěr

V diplomové práci jsme se zabývali porovnáním mezi požadavky uvedenými v učivu vzdělávacích plánů gymnastiky a skutečnými pohybovými dovednostmi žáků na prvním stupni základní školy. Sledovaným souborem byli žáci prvního stupně na třech rumburských základních školách. Dílčími úkoly bylo prostudování dostupné literatury a vzdělávacích obsahů školních vzdělávacích programů prvních stupňů vybraných škol, provedení testování žáků na základě zjištěných výstupů a vyhodnocení výsledků.

### 8.1 Celkové zhodnocení práce

Jako zdroj pro tuto práci byla použita literatura z oblasti školní tělesné výchovy a gymnastické teorie a didaktiky, která posloužila jako podklad pro prohloubení autorčiných znalostí v oblasti předpokládaných gymnastických dovedností žáků na 1. stupni základní školy. Pro zpracování výsledků výzkumu byla použita literatura z oblasti statistiky.

Výzkum byl proveden na základě prostudování školních vzdělávacích programů testovaných škol a zároveň tyto programy přímo posloužily jako podklad pro hlavní cíl této práce.

Na základě výstupů z předchozího byly připraveny tabulky k zaznamenávání výsledků žáků v testovaných oblastech.

Testování základních gymnastických dovedností žáků proběhlo ve třech rumburských základních školách a to ve spolupráci s jejich řediteli a pedagogy, učiteli tělesné výchovy. Pro testování byly použity připravené pracovní tabulky, do kterých zaznamenávala hodnocení žáků proškolená komise.

Výstupy z testování byly zpracovány do nových tabulek a výsledky byly hodnoceny pomocí metod vybraných z literatury z oblasti statistiky.



Výsledky testování žáků ve všech ročnících v základních školách v Rumburku ukazují, že kvalita provedení gymnastických prvků v průměru odpovídá stupňům hodnocení 1,45 za kotoul vpřed v prvních třídách, 1,29 za kotoul vpřed ve druhých třídách, 1,43 za kotoul vpřed, 1,84 za kotoul vzad a 2,16 za šplh na tyči ve třetích třídách, 1,34 za kotoul vpřed, 1,91 za kotoul vzad a 2,33 za šplh na tyči ve čtvrtých třídách, 1,24 za kotoul vpřed, 1,85 za kotoul vzad a 2,07 za šplh na tyči v pátých třídách. Z toho lze soudit, že žáci ovládají tyto gymnastické tvary a pohybové dovednosti. Jedinou dovedností, která žákům ve třetích, čtvrtých a pátých třídách činila problémy, byl šplh na tyči. Někteří žáci nedokázali zkoordinovat pohyb nohou a rukou, někteří se báli výšek a někteří nezvládli správnou techniku nohou.

Lze hodnotit, že požadavky učiva gymnastiky v testovaných základních školách odpovídají skutečným pohybovým dovednostem žáků na 1. stupni těchto škol.

Hlavní cíl práce mohl být splněn na základě výstupů z dílčích úkolů. Pomocí nich bylo možné porovnat požadavky ŠVP jednotlivých škol a dovednosti žáků v testovaných třídách.

Důležitým přínosem pro autorku se stalo bezesporu prohloubení znalostí v oblasti literatury o gymnastice, stejně jako zvýšení porozumění závazným dokumentům českého školství, tedy RVP a ŠVP. Velmi cennou zkušeností bylo také poznání reálných dovedností žáků v testovaných ročnících a tedy vklad do budoucí učitelské praxe autorky.

## **8.2 Doporučení pro praxi**

Jelikož výsledky testování ukázaly, že požadavky školních dokumentů převážně odpovídají skutečným dovednostem žáků, lze soudit, že tyto cviky byly ve školních učebních plánech vhodně zvoleny a žáci jsou schopni je do

požadované míry zvládnout. Je tedy možné posuzované cviky pro tvorbu učebních plánů doporučit.

## Prameny a použitá literatura

1. APPELT, K., LIBRA, M. *Gymnastické názvosloví: Cvičení na nářadí*. 3., upravené vyd. Praha: Fakulta tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy, 1994, 78 s. ISBN 80-857-8765-2.
2. BURSOVÁ, M., RUBÁŠ, K. *Základy teorie tělesných cvičení*. 1. vyd. V Plzni: Západočeská univerzita v Plzni, 2001, 86 s. ISBN 80-708-2822-6.
3. DEMETROVIČ, E. *Encyklopedie tělesné kultury*. Praha: Olympia, 1988. 462 s., 1. díl, ISBN (Váz.).
4. DEMETROVIČ, E. *Encyklopedie tělesné kultury*. Praha: Olympia, 1988. 368 s., 2. Díl, ISBN 80-7096-046-9
5. DOBRÝ, L. *O didaktické kompetenci učitele tělesné výchovy*. Tělesná výchova sport mládeže. Praha: Karolinum, 2010, č. 2, s. 2.
6. DVOŘÁKOVÁ, H. *Didaktika tělesné výchovy nejmenších dětí*. Praha: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 2007, 123 s. ISBN 978-80-7290.
7. FIALOVÁ, L. *Aktuální témata didaktiky: školní tělesná výchova*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2010, 151 s. ISBN 978-802-4618-548.
8. HÁJKOVÁ, J., VEJRAŽKOVÁ, D. *Základní gymnastika*. 2. vyd. Praha: Univerzita Karlova v Praze, nakladatelství Karolinum, 2005, 81 s. ISBN 80-246-0425-6.
9. Historie moderní gymnastiky, [online]. 2012-10-20. Dostupný z [www: http://www.csmg.cz/gymnastika.html](http://www.csmg.cz/gymnastika.html)

10. JEŠINA, O., KUDLÁČEK, M. *Aplikovaná tělesná výchova*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2011, 180 s. ISBN 978-802-4427-386.
11. KOS, B. *Gymnastické systémy*. přeprac. vyd. Praha: UK, 1990. 181 s.
12. KÖSSL, J. *Vybrané kapitoly z dějin české tělesné kultury od roku 1774 po současnost*. 1. vyd. Praha, 1994, 179 s.
13. KRIŠTOFIČ, J. *Gymnastika*. Praha: Karolinum, 2005. 90 s. ISBN 80-246-0661-5.
14. KRIŠTOFIČ, J. *Gymnastika pro kondiční a zdravotní účely*. Praha: ISV nakladatelství, 2000, 126 s. ISBN 80-858-6654-4.
15. KUBIČKA, J. *Vybrané kapitoly z teorie gymnastiky*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 1993, 49 s. ISBN 80-706-6721-4.
16. MIKLÁNKOVÁ, L. *Tělesná výchova na 1. stupni základních škol: (základní gymnastika)*. 2. vyd., (upr. a dopl.). Olomouc: Univerzita Palackého, 2006, 116 s. ISBN 80-244-1301-9.
17. MUŽÍK, V. *Didaktika tělesné výchovy pro 1. stupeň základní školy*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita v Brně, c1991, 53 s. ISBN 80-210-0338-3.
18. MUŽÍK, V. *Tělesná výchova a sport mládeže v 21. století*. 1. vyd. Editor Vladislav Mužík, Vladimír Süß. Brno: Masarykova univerzita, 2009, 168 s. Sborník prací Pedagogické fakulty Masarykovy univerzity, č. 228. ISBN 978-802-1048-584.
19. MUŽÍK, V. DOBRÝ, L. *Charakteristiky kvalitní tělesné výchovy*. Tělesná výchova sport mládeže. Praha: Karolinum, 2008, č. 4, s. 1.
20. MUŽÍK, V. *Víme, jaké názory má česká veřejnost na úroveň tělesné výchovy?* Tělesná výchova sport mládeže. Praha: Karolinum, 2012, č. 1, s. 7.

21. NOVÁČEK, V., MUŽÍK, V., KOPŘIVOVÁ, J. *Vybrané kapitoly z teorie a didaktiky tělesné výchovy*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita v Brně, 2001, 46 s. ISBN 80-210-2642-1.
22. NOVOTNÁ, V. *Gymnastika jako tvůrčí akt*. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 2012, 136 s. ISBN 978-80-246-2116-6.
23. PETR, O., SVATOŇ, V., *Didaktika gymnastiky ve školní tělesné výchově*. Praha: SNP, 1985, 150 s.
24. Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání. [online]. Praha: Výzkumný ústav pedagogický v Praze, 2007. 126 s. [cit. 2012-10-12]. Dostupné z WWW:<[http://www.vuppraha.cz/wp-content/uploads/2009/12/RVPZV\\_2007-07.pdf](http://www.vuppraha.cz/wp-content/uploads/2009/12/RVPZV_2007-07.pdf)>.
25. RYCHTECKÝ, A., FIALOVÁ, L., *Didaktika školní tělesné výchovy*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 1995, 187 s. ISBN 978-80-244-2738-6.
26. SEMIGINOVSKÝ, B. *Školní tělesná výchova – soudobé výzvy a návrh východisek jejich řešení*. Tělesná výchova sport mládeže. Praha: Karolinum, 2007, č. 1, s. 7.
27. SKOPOVÁ, M., ZÍTKO, M., *Základní gymnastika*. 2. vyd. Praha: Karolinum, 2008, 178 s. ISBN 978-802-4614-786.
28. STEHLÍKOVÁ, B. *Metodologie výzkumu a statistická inference*. Brno: Mendelova zemědělská a lesnická univerzita v Brně, 2009, 270 s. monografie-metodika. ISBN 978-80-7375-362-7.
29. SUCHOMEL, A. *Tělesně nezdatné děti školního věku: (motorické hodnocení, hlavní činitelé výskytu, kondiční programy)*. Vyd. 1. Liberec: Technická univerzita v Liberci, 2006, 352 s. ISBN 80-737-2140-6.
30. SVATOŇ, V., ZÁMOSTNÁ, A., *Gymnastika: metodické listy cvičení v akrobacii a na nářadí*. Vyd. 1. Olomouc: Hanex, 1993, 53 s. Tělovýchova dětí, sport mládeže. ISBN 80-900925-9-4.

31. SVATONĚ, V. *Gymnastika metodicky a hrou: metodické listy akrobatické a nářad'ové gymnastiky pro děti mladšího školního věku*. Olomouc: Hanex, 1995. Kdo si hraje, nezlobí. ISBN 80-900-9255-1.
32. Školní vzdělávací program: Základní škola Pastelka. In: Rumburk, 2012.
33. Školní vzdělávací program: Základní škola Tyršova. In: Rumburk, 2012.
34. Školní vzdělávací program: Základní škola U Nemocnice. In: Rumburk, 2012.
35. Školní vzdělávací program: Základní škola Vojtěcha Kováře. In: Rumburk, 2012.
36. VILÍMOVÁ, V. *Didaktika tělesné výchovy*. Brno: Paido, 2002, 103 s. ISBN 80-731-5033-6.
37. Zákon č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon). [online]. 2004-11-19 Dostupný z WWW: <http://www.msmt.cz/dokumenty/skolsky-zakon>
38. ZÍTKO, M. *Všeobecná gymnastika: speciální učební text*. 4. vyd. Ilustrace Silvie Toráková. Praha: Česká asociace Sport pro všechny, 2005, 94 s. Pohyb je život. ISBN 80-865-8608-1.

## Seznam tabulek a grafů

Tabulka 1: Dělení gymnastiky .....	15
Tabulka 2: 1. třídy - kotoul vpřed, hodnocení .....	37
Tabulka 3: 1. třídy – testování kotoulu vpřed .....	38
Tabulka 4: 2. třídy – kotoul vpřed, hodnocení .....	40
Tabulka 5: 2. třídy – testování kotoulu vpřed .....	41
Tabulka 6: 3. třídy – kotoul vpřed, hodnocení .....	43
Tabulka 7: 3. třídy – kotoul vzad, hodnocení .....	44
Tabulka 8: 3. třídy – šplh na tyči, hodnocení .....	44
Tabulka 9: 3. třídy – testování kotoulu vpřed, kotoulu vzad a šplhu na tyči .....	45
Tabulka 10: 4. třídy – kotoul vřed, hodnocení .....	50
Tabulka 11: 4. třídy – kotoul vzad, hodnocení .....	51
Tabulka 12: 4. třídy – šplh na tyči, hodnocení .....	51
Tabulka 13: 4. třídy – testování kotoulu vpřed, kotoulu vzad a šplhu na tyči .....	52
Tabulka 14: 5. třídy – kotoul vřed, hodnocení .....	57
Tabulka 15: 5. třídy – kotoul vzad, hodnocení .....	57
Tabulka 16: 5. třídy – šplh na tyči, hodnocení .....	58
Tabulka 17: 5. třídy – testování kotoulu vpřed, kotoulu vzad a šplhu na tyči .....	59
Obrázek 1: Kotoul vpřed. Pramen: Zítko, M. (2005) .....	34
Obrázek 2: Kotoul vzad. Pramen: Zítko, M. (2005) .....	35
Obrázek 3: Graf procentuální zastoupení hodnocení kotoulu vpřed – 1. třídy .....	39
Obrázek 4: Graf procentuální zastoupení hodnocení kotoulu vzad – 2. třídy .....	42

Obrázek 5: Graf procentuální zastoupení hodnocení kotoulu vpřed – 3. třídy .....	47
Obrázek 6: Graf procentuální zastoupení hodnocení kotoulu vzad – 3. třídy .....	48
Obrázek 7: Graf procentuální zastoupení hodnocení šplh na tyči – 3. třídy.....	49
Obrázek 8: Graf procentuální zastoupení hodnocení kotoulu vpřed – 4. třídy .....	53
Obrázek 9: Graf procentuální zastoupení hodnocení kotoulu vzad – 4. třídy .....	54
Obrázek 10: Graf procentuální zastoupení hodnocení šplh na tyči – 4. třídy.....	55
Obrázek 11: Graf procentuální zastoupení hodnocení kotoulu vpřed – 5. třídy.....	60
Obrázek 12: Graf procentuální zastoupení hodnocení kotoulu vzad – 5. třídy .....	61
Obrázek 13: Graf procentuální zastoupení hodnocení šplh na tyči – 5. třídy.....	62



# **Přílohy**

Příloha 1: Učivo gymnastiky ZŠ U Nemocnice

Příloha 2: Učivo gymnastiky ZŠ Tyršova

Příloha 3: Učivo gymnastiky ZŠ Vojtěcha Kováře

Přílohy 4: Učivo gymnastiky ZŠ Pastelka

## Příloha 1: učivo gymnastiky ZŠ U Nemocnice

Učivo	Očekávané výstupy
<p><b>Gymnastika 1. ročník</b> cv. na nářadí, s náčiním odpovídající vel. a hmotností věku, průpravná gym. cvičení, úpoly</p> <p><b>Gymnastika 2. ročník</b> cv. na nářadí, s náčiním, odpovídající vel. a hmotností věku, průpravná gym. cvičení, úpoly</p> <p><b>Gymnastika 3. ročník</b> cvičení na nářadí, s náčiním odpovídající vel. a hmotností věku, průpravná gymnastická cvičení, úpoly</p> <p><b>Gymnastika 4. ročník</b> cvičení na nářadí, s náčiním, odpovídající velikostí a hmotností věku, průpravná gymnastická cvičení, úpol</p> <p><b>Gymnastika 5. ročník</b> základy cvičení na nářadí a s náčiním, odpovídající velikosti a hmotnosti, úpoly, průpravná cvičení</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ nacvičuje kotoul vpřed, stoj na lopatkách, atd., nacvičuje jednoduché cviky na žebřinách, učí se skákat přes švihadlo, podbíhat dlouhé lano, provádí cvičení na lavičkách, nacvičuje šplh na tyči</li>   <li>➤ nacvičuje kotoul vpřed a kotoul vzad, stoj na lopatkách atd., nacvičuje jednoduché cviky na žebřinách, učí se skákat přes švihadlo, podbíhat dlouhé lano, provádí cvičení na lavičkách, nacvičuje šplh na tyči, provádí přetahy a přetlaky</li>   <li>➤ zvládne kotoul vpřed a kotoul vzad, stoj na lopatkách, atd., zvládne nacvičit jednoduché sestavy, provádí jednoduché cviky na žebřinách, provádí přitahování na hrazdě nebo kruzích, nacvičuje správnou techniku odrazu z můstku při cvičení na koze, na švédské bedně, cvičí s plnými míči, umí skákat přes švihadlo, zdokonaluje šplh na tyči, provádí přetahy a přetlaky</li>   <li>➤ zvládne kotoul vpřed a kotoul vzad, stoj na lopatkách, napojované kotouly, stoj na hlavě, nacvičuje stoj na rukou, zvládne nacvičit jednoduché sestavy, provádí přitahování na hrazdě nebo kruzích, nacvičuje správnou techniku odrazu z můstku při cvičení na koze, na švédské bedně, nacvičuje roznožku, výskok do kleku, výskok do dřepu, provádí cvičení na švédské bedně, zdokonaluje se ve cvičení na ostatním gymnastickém nářadí a s gymnastickým náčiním, umí skákat přes švihadlo, zdokonaluje šplh na tyči, nacvičuje šplh na laně, provádí přetahy a přetlaky</li>   <li>➤ umí šplhat na tyči, nacvičuje šplh na laně, zvládá kotoul vpřed, kotoul vzad, napojované kotouly, stoj na hlavě, stoj o rukou-s pomocí, spojit gymnastické prvky do jednoduché sestavy, provádí přitahování na hrazdě a na kruzích, zvládá správnou techniku odrazu z můstku při cvičení na koze a švédské bedně, umí roznožku, výskok do kleku, do dřepu, skrčku</li> </ul>

**Příloha 2: učivo gymnastiky ZŠ Tyršova**

Učivo	Očekávané výstupy
<p><b>Gymnastika 1. ročník</b> akrobacie - pády vzad, pády stranou, kotoul vpřed přeskok-lavička kladina-chůze s dopomocí cvičení s náčiním</p> <p><b>Gymnastika 2. ročník</b> akrobacie - pády vzad, pády stranou, kotoul vpřed přeskok-lavička kladina-chůze bez dopomoci hrazda-ručkování ve visu cvičení s náčiním</p> <p><b>Gymnastika 3. ročník</b> akrobacie, přeskok, kladina, šplh</p> <p><b>Gymnastika 4. ročník</b> Akrobacie, přeskok, hrazda, kladina, šplh</p> <p><b>Gymnastika 5. ročník</b> akrobacie, přeskok, hrazda, kladina, šplh</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ dodržuje zásady bezpečnosti při pohybových činnostech, předvede v souladu se svými individuálními schopnostmi pády, kotoul vpřed, přeskok, chůzi po kladině s dopomocí, vybrané cvičení s náčiním</li>   <li>➤ dodržuje zásady bezpečnosti při pohybových činnostech, předvede v souladu se svými individuálními schopnostmi pády vzad a stranou, kotoul vpřed, přeskok přes lavičku, chůzi po kladině bez dopomoci, sestavu se zvoleným náčiním, ručkování ve visu, průpravná cvičení pro nácvik gymnastického odrazu z trampolínky</li>   <li>➤ předvede pády vzad a stranou, kotoul vpřed a vzad, rozběh a odraz z můstku snožmo, přeskok přes 2-3 díly švédské bedny, přejde kladinu bez dopomoci, provede šplh o tyči s přírazem, spouštění ručkováním</li>   <li>➤ předvede pády vzad a stranou, kotoul vpřed a vzad, spojení kotoulu vpřed a vzad, rozběh a odraz z můstku snožmo, přeskok přes 3-4 díly švédské b., s pomocí učitele provede shyb stojmo – odrazem přešvih do vzporu vzad stojmo – stoj, shyb stojmo – svis závěsem v podkolení – stoj, přejde kladinu bez dopomoci, vyšplhá 3m na tyči</li>   <li>➤ předvede akrobatické kombinace, stoj na rukou s dopomocí učitele, rozběh a odraz z můstku snožmo, roznožku a skrčku přes kozu, umí poskytnout základní pomoc a záchranu při cvičení, samostatně provede shyb stojmo – svis závěsem v podkolení – stoj, přejde kladinu bez dopomoci, vyšplhá 3m na tyči</li> </ul>

**Příloha 3: učivo gymnastiky ZŠ V. Kováře**

Učivo	Očekávané výstupy
<p><b>Gymnastika 1. období</b> akrobacie – průpravná cv. pro zvládnutí kotoulu vpřed, kotoul vpřed, průpravná cv. pro zvládnutí kotoulu vzad, kotoul vzad, průpravná cv. pro nácvik gymnastické odrazu z trampolínky, skoky prosté odrazem snožmo z trampolínky, výskok do vzporu dřepmo na sníženou švédskou bednu odrazem z trampolínky, ručkování ve visu, průpravná cv. pro přešvihy ze shybu stojmo, kruhy- přitahování, houpání podle zdatnosti žáků</p> <p><b>Gymnastika 2. období</b> kotoul vpřed a jeho modifikace, kotoul vzad a jeho modifikace, průpravná cv. pro zvládnutí stoje na rukou, stoj na rukou (dopomocí), akrobatické kombinace průpravná cv. pro nácvik gym. odrazu z můstku, přeskok 2 – 4 dílů bedny odrazem z trampolínky, roznožka přes kozu našíř odrazem z můstku, trampolínky, skrčka přes kozu našíř odrazem z můstku, trampolínky, shyb stojmo- odrazem přešvih do vzporu vzadu stojmo – stoj shyb stojmo – přešvihy do svisu střemhlav (svisu závěsem levou – pravou v podkolení) a zpět do stoje ze svisu stojmo - náskok do vzporu sešín, kombinace cviků, samotný šplh podle zdatnosti žáků, kladina- chůze bez dopomoci, kruhy- komíhání ve svisu</p>	<p>➤ spojovat pravidelnou každodenní pohybovou činnost se zdravím a využívat nabízené příležitosti, zvládat v souladu s individuálními předpoklady jednoduché pohybové činnosti jednotlivce nebo činnosti prováděné ve skupině, usilovat o jejich zlepšení, spolupracovat při jednoduchých týmových pohybových činnostech a soutěžích, uplatňovat hlavní zásady hygieny a bezpečnosti při pohybových činnostech ve známých prostorech školy, reagovat na základní pokyny a povely k osvojované činnosti a její organizaci</p> <p>➤ podílet se na realizaci pravidelného pohybového režimu, uplatňovat kondičně zaměřené činnosti, projevovat přiměřenou samostatnost a vůli po zlepšení úrovně své zdatnosti, zařazovat do pohybového režimu korektivní cvičení, především v souvislosti s jednostrannou zátěží nebo vlastním svalovým oslabením, zvládat v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti, uplatňovat pravidla hygieny a bezpečného chování v běžném sportovním prostředí, adekvátně reagovat v situaci úrazu spolužáka, jednoduše zhodnotit kvalitu pohybové činnosti spolužáka a reagovat na pokyny k vlastnímu provedení pohybové činnosti, užívat při pohybové činnosti základní osvojované tělocvičné názvosloví, cvičit podle jednoduchého nákresu, popisu cvičení</p>

#### Příloha 4: učivo gymnastiky ZŠ Pastelka

Učivo	Očekávané výstupy
<p><b>1. - 3. ročník</b>  Informace o bezpečnosti a hygieně. Vedený pohybový režim ve cvičební jednotce. Vhodné rozcvičení, zátěžové a kompenzační cviky. Žák prochází fázemi motorického učení jednodušších sportovních a pohybových dovedností dle vlastních dispozic. Informace o možném ohrožení při porušení pravidel chování v šatně i během cvičení. Průpravné a přímivé cviky. Smluvené signály, povely, názvosloví jednoduchých cviků. Organizace průpravy a profilových činností.</p> <p><b>4. – 5. ročník</b>  Průprava SG - akrobatický přeskok, hrazda. Rytmičká cvičení. Přímivé cviky, kompenzační a relaxační cvičení pro zahájení činnosti i pro ukončení-uklidnění. Informace o bezpečnosti a hygieně. Význam pohybu pro zdraví. Příprava organismu před pohybovou činností. Názvosloví osvojovaných činností. Šplh. Minisestava SG.</p>	<p>➤ spojuje pravidelnou každodenní pohybovou činnost se zdravím a využívá nabízené příležitosti, zvládá v souladu s individuálními předpoklady jednoduché pohybové činnosti jednotlivce nebo činnosti prováděné ve skupině; usiluje o jejich zlepšení, spolupracuje při jednoduchých týmových pohybových činnostech a soutěžích, uplatňuje hlavní zásady hygieny a bezpečnosti při pohybových činnostech ve známých prostorech školy, reaguje na základní pokyny a povely k osvojované činnosti a její organizaci</p> <p>➤ podílí se na realizaci pravidelného pohybového režimu; uplatňuje kondičně zaměřené činnosti; projevuje přiměřenou samostatnost a vůli po zlepšení úrovně své zdatnosti, zařazuje do pohybového režimu korektivní cvičení, přede-vším v souvislosti s jednostrannou zátěží nebo vlastním svalovým oslabením, zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti, uplatňuje pravidla hygieny a bezpečného chování v běžném sportovním prostředí; adekvátně reaguje v situaci úrazu spolužáka, jednoduše zhodnotí kvalitu pohybové činnosti spolužáka a reaguje na pokyny k vlastnímu provedení pohybové činnosti, užívá při pohybové činnosti základní osvojované tělocvičné názvosloví; cvičí podle jednoduchého nákresu, popisu cvičení, změří základní pohybové výkony a porovná je s předchozími výsledky,</p>